

女报生活

JANUARY
2014.01
NO.541
¥6.00

如果毛病那么可爱
让它陪你孤老吧

长久的不是爱
是合适的生活方式

热现象

爸爸很要命

再疯狂
你还能玩出宇宙飞船来?

美最大

眉毛好看
熟龄才有范

中国好调料
清洁地垫很有效

主妇不信邪 信流言

半边天
NEW WOMEN
援助中国贫困母亲
爱心创业工程



网站: <http://www.woman.org.cn> / 邮发代号: 46-146 / 国内统一刊号: CN44-1379/C / 国际标准刊号: ISSN1006-611X

女报美商城

<http://shop106944125.taobao.com/>

你是大女人

独立 坚强 勇敢 个性

你是小女人

认真 坚持 娇媚 可人

有主张的大女人素质

会生活的小女人情怀

我们爱美、爱打扮、更爱挥霍

我们要美、要姿色、更要精打细算

哪里有通往美的轨道

那里就有我们的城堡！

女 报 美 商 城

强势
上线

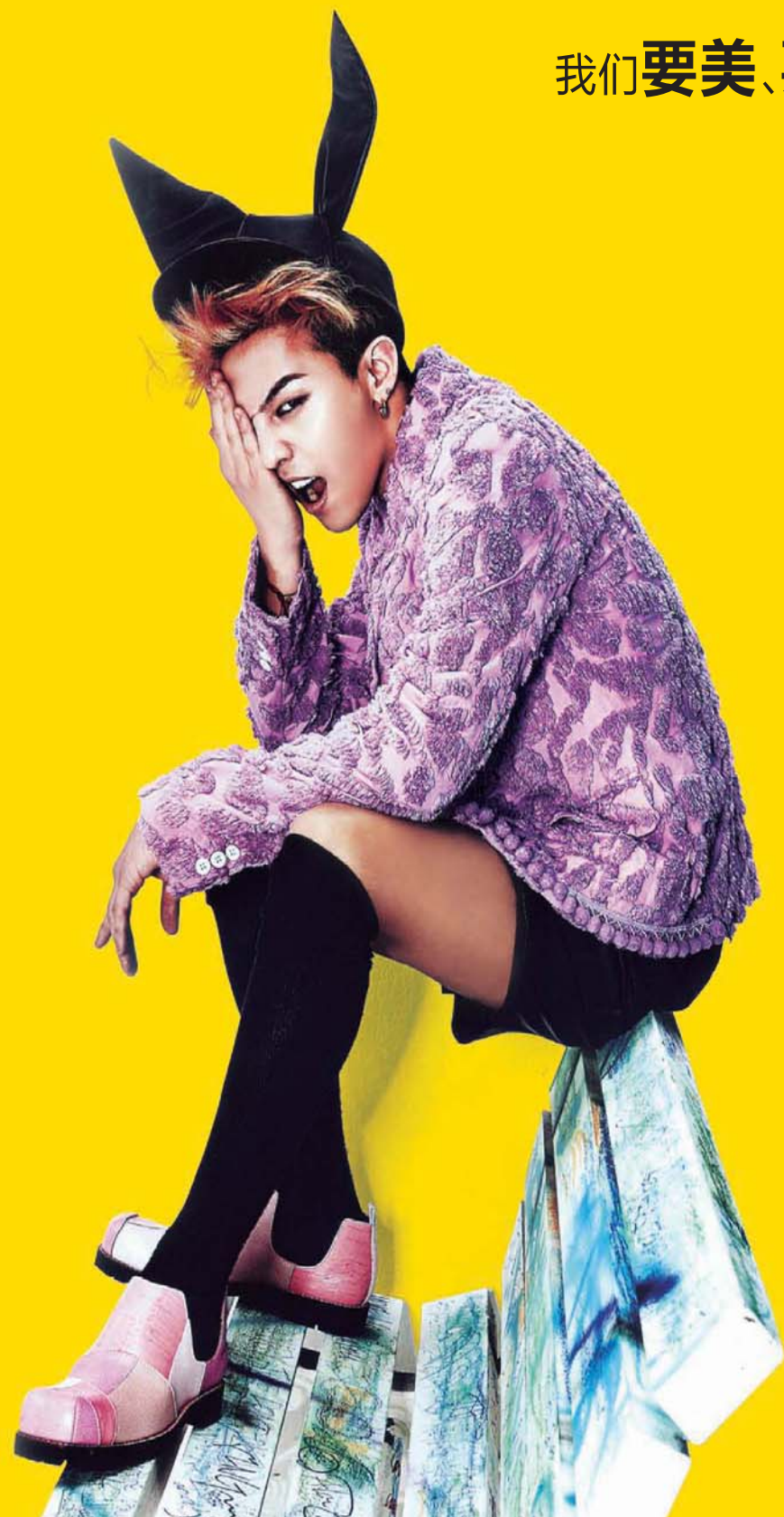
血拼有道 爱美无罪

韩伊首席入驻女报美商城

三大套组疯狂让利

火热促销进行中

<http://shop106944125.taobao.com/>



韩伊3X臻金按摩眼霜尊享套组(13件)



A
套组

女报美商城
直销价 **368** 包邮
元/套
市场价:1596元/套

收缩松弛、下垂眼袋;淡化黑眼圈;
紧致、滋润眼部肌肤,提亮眼周肤色;
软化干细纹,消除脂肪粒。

主品 1.韩伊3X臻金按摩眼霜 15g*1支,308元;2.韩伊3X冻龄雕塑精华露 15ML*3瓶,294元;计**602**元

赠品 1.韩伊3X臻金按摩眼霜 15g*1支;2.韩伊3X冻龄雕塑精华露 15ML*3瓶,602元;3.韩伊3X臻金按摩眼霜 6g*4支*2盒,216元;4.韩伊冻龄提拉紧致眼膜 10g*5片*2盒,176元;5.体验装韩伊3X臻金按摩眼霜 6g*1支;合计**994**元

韩伊玫瑰CC霜嫩白宠爱组(14件)

B
套组



韩伊二十周年闪耀巨献

女报美商城
直销价 **298** 包邮
元/套
市场价:1432元/套

出水滋润 清透服帖 销量第一

主品 韩伊玫瑰饰颜水漾CC霜(浅肤色)40g*4支/盒*2盒,472元/盒;合计**944**元

赠品 1.韩伊清养玉白三件套(玉白洁面乳 120g*1支,78元;玉白嫩肤液 130ml*1瓶,98元;玉白亮透乳 110ml*1瓶,108元),284元;2.韩伊水漾晒后修护冰膜 3g*30片,60元;3.韩伊玫瑰饰颜水漾CC霜 6g*12支,144元;4.试用装,韩伊玫瑰饰颜水漾CC霜 6g*1支;合计**488**元

韩伊奢华盈润保湿精华升级套组(11件)



C
套组

女报美商城
直销价 **298** 包邮
元/套
市场价:4888元/套

奢华礼盒 润泽养护 深透润白
美白 补水 保湿 提亮肤色

主品 韩伊盈润保湿精华露 30ml*3;计**1890**元

赠品 1.盈润保湿精华露 30ml*3支*1盒,1890元;2.韩伊精装盈润保湿护肤组(盈润保湿洗面乳 80g*1支,180元;盈润保湿乳液 100ml*1瓶,290元;盈润保湿爽肤水 100ml*1瓶,258元;盈润保湿霜 30g*1瓶,380元)*1盒,1108元;3.盈润保湿精华露 6ml体验装*1支;合计**2998**元

订购热线:0755-83140787

淘宝网: <http://shop106944125.taobao.com/>

女报官网: <http://www.woman.org.cn>

付款方式:

1.邮政汇款:收款人姓名:深圳女报杂志社 邮编:518034

汇款地址:深圳市福田区景田路妇儿大厦7楼女报杂志社

2.网银转账:开户行:深圳市工行桂园支行 户名:深圳女报杂志社

账号:4000024509014417045

3.支付宝:登陆女报美商城淘宝店转账付款

请备注或附言注明套组代码

现代艺术
时尚居住空间

Lofty Hotel
Apartment Art
And Fashion Space

HOTEL
皇庭V酒店

2周年庆典

2nd anniversary

皇庭V酒店2周年庆典

活动期限：即日起至2014年1月23日

- 1、周年庆期间，通过酒店官网预订即可享受商务楼层特惠房价RMB1088起：
 - * 西式自助早餐一位；
 - * 连住两晚，房型免费升一级；
 - * 连住三晚，赠送同房型房券一张（仅限下次消费使用）；
- 2、周年庆期间续签或新签署长住协议的客户，即可享受皇庭国际酒店公寓长住优惠RMB14888/月起。
 - * 以上优惠不可和其他优惠同时使用。

国际海鲜·美食自助餐

- 1、周年庆期间，自助午餐**买一送一**，自助晚餐**六折**；
- 2、周年庆期间，寿星凭本人身份证可于生日当天免费享受自助晚餐一份；（四人以上同行方可享受此优惠）
- 3、扫描店内二维码即可享受特惠价。
 - * 以上优惠不可和其他优惠同时使用，且2013年12月24日、25日、31日及2014年1月1日不可使用。


最终解释权归深圳市皇庭V酒店所有

深圳·福田·会展中心东·皇岗商务中心

Huanggang Business Center, East of Convention & Exhibition Center, Futian District, Shenzhen

传真Fax: +86 755 889 10111 网址Website: www.vhotel-wongtee.com

预订热线: +86 755 **889 11111**

 皇庭集团
时尚生活创想家

小雪过后 杂花生树

我

的朋友张七，医学世家出生，临床医学专业，正在南山医院实习。她每天直播医院生活的跌宕起伏。

上周三上夜班，到产房接生 29 周早产儿。接生的喜悦很快被婴儿孱弱的体质打散。如不投入大量金钱持续抢救，孩子存活希望渺茫。

考虑到家境和未来的生活，父亲选择了放弃。但就在他说放弃那一刻，他怀中的婴儿睁开蒙眬的眼与他对视了一下。只那一眼，再铁石心肠都融化。父亲咬咬牙，决心要救治孩子到身无分文为止。

本周一她在急诊科值班遇上抢救。就诊患者呼吸心跳都停止了，家属仍不肯放弃。经过多次抢救后患者慢慢缓过来。救人的喜悦却在问完病史后变成沉默。患者几年前车祸后形成静脉血栓，病发的疼痛冲击他求生的欲望，他多次自杀未遂。

求生不得、求死不能，这种诅咒是医院的常态。

看过年轻父亲在救治新生儿和倾家荡产的两难间声嘶力竭地哭，看过晚期癌症病人抢救失效儿女潸然泪下，看过暴躁的病人知悉自己病情的歇斯底里，我的朋友张七并没有因此累觉不爱。因为，那里还有婴儿新生的喜悦、病人康复的欢欣和劳累一天后的满足和安宁。

就如我这里，有每一期专题会胡言乱语的畅快舒心，每一次写稿毙稿改稿后过稿的松一口气，每一次加班加点终于把文字留在纸上的喜大普奔。

你知道，冥冥中总有指引让我们前行。我们预料过路上的荆棘，想象过生命的无常，估量过心中的坚定，然后千里独行，走在自以为对的路上。

如果没有走过冰火两重天，怎能看到尽头的杂花生树。小雪大寒之后会除夕，立春雨水之后又是一年草长莺飞。

Readers Salon

栏目主持 _ 戴旻璇

壁虎也是要结婚的



从鹿嘴山庄 2219 栋别墅望出去，棉花糖状的云朵正姿态慵懒地挂在天边；清亮的光束自天际打下来，海面像美人鱼轻柔晃动身体；至于风，正是吹得恰好微醺的小微风。

我们的年度规划会在如此美景中从晨曦开到落日。

讨论到第 28 页时，对面山上惊现挽着婚纱奋力登山选角度的新娘，代领扛着摄影器材的一行人艰难向山顶移动。编辑们停下正事围观，歪楼感叹通往婚姻的艰难不易。讨论到第 61 页抬头再看一眼，像春天里乱撒了一把豆子，每座山头都盘踞着一对努力凹造型的新人。

那天入眼的一切似乎都成双成对，连晚上出来爬墙的壁虎都不甘寂寞地凑成两条，姿态亲密引人揣测是不是也在拍婚纱照。

编辑们受一波波喜庆的冲击，顿觉未来一片光明。要知道，作为贴心又超值的妇女之宝，这些前仆后继往围城里面钻的人，没有道理不成为我们的读者。

至于那对壁虎，如果留一本杂志给他们，一定也会是我们的忠实 Fans。

生活 6 问

杨丽丽

深圳客品餐饮管理有限公司 董事长
2012 Mrs. Globe 环球夫人中国总决赛香港冠军
2012 Mrs. Globe 环球夫人全球总决赛世界五强



Q1

最近令你印象深刻的人或事？

Mrs. Globe 环球夫人国际大赛首次在中国举办全球总决赛，我作为中国总决赛评委出席，比赛中见证了这个时代女人们的风采，感受到女人有积累才会有姿态，也激励着自己要自立、自强、富足。

Q2

你是一个有生活情趣的人吗？体现在哪些方面？

有生活情趣的人一定会始终保持好奇心，我是典型的双子座，绝对不甘心让日子一成不变。我乐意接受挑战，从蝴蝶结到骷髅头都能驾驭，风风火火到性感妩媚都是我。

Q3

都说年龄是女人最大的敌人，为此你做了什么准备？

很多人问我皮肤为什么这么好，我说因为我对它好。我是宁死也不能不美星人，每天细心地护肤做面膜，讲究饮食，学习各种保养方法，最关键是一这么多年我一直认真坚持着。

Q4

如何看待婚姻中的平淡？又是如何抵抗诱惑？

虽然平淡了但感情深厚了。其实优秀的男人也喜欢优秀的女人，我会保养好自己，照顾好家庭，懂得情调，提高与男人相处的能力，尽可能与先生思想同步。

Q5

与老公意见不一致时如何解决？

如果老公非常坚持自己的观点，我会扑闪着大眼睛听他讲，先不发表我的观点，老公讲完我立马去弄盘水果给他吃，他口里塞满水果时，我才说：“好，轮到我来讲啦。”

Q6

这本杂志最吸引你的地方是什么？有哪些值得改进的地方？

话题犀利姿态鲜活。可以适当增加一些女性爱美的一些内容，如护肤方法，明星的服饰搭配等等。

互动邮箱 _hereyousay@gmail.com

你们说·

执著

2013年6月1日7月刊刚上市,

神秘读者打来电话,没有任何寒暄客套,

直奔主题:

为什么《有一天》不见了?为什么杨小果没有写《有一天》?

编辑回复:杨小果最近很忙,但是再忙也是她不对,要批评。

两个月后,2013年8月1日神秘

读者再次打来电话:

为什么《有一天》又不见了?杨小果又不写了吗?她怎么这么忙啊?她再不写我就要崩溃了!

编辑煽动:你要不要过来揍她一顿?

一个月后2013年9月29日,神秘

读者第三次电话:

为什么《有一天》才恢复了一期就不见了?杨小果她不能不写啊,我每个月就等着这一篇啊!

编辑回复:我们会把你的对话录音,做成短信提示音,设置到杨小果的手机中,每一次不管是老总、我们或者10086发任何短信,包括垃圾短信,她都会听到你的深情告白。

题外话:这位高效与专情并存的

读者成了编辑部的年度最大猜疑,编辑纷纷对此事发表自己的看法。

@戴旻璇:严重怀疑她是开报刊亭的。

@吴晓丹:按照这个逻辑,不应该是在邮局上班更方便?

@陈容:呵呵,图样图森破,没听说过棱镜计划吗,说不定她就是美国监控我们杂志社的其中一员,偶尔以权谋私一下。

@舒黎明:监听我们每天怎么磨洋工然后到最后几天死赶稿子的惨象,有意思吗?

大家纷纷散去。

编辑手记 一定要让孩子分房睡吗?

究竟该狠心让孩子适应独自睡觉,还是应该允许他们跟父母一起睡?这是困扰很多父母的问题。为了搜集熊爸爸资料,编辑们把身边的妈妈地毯式采访了一遍,发现多数妈妈想哄,爸爸们却会觉得太娇惯。这期《包世相》的女主角 Tina 是两个六岁小孩的妈妈,我们把这个问题丢给了她,看她怎么说。

Tina: 我很早以前看过一个国外的纪录片,大人把小孩独自一人放在房间睡,有摄像机对准宝宝的面部表情进行拍摄。半夜里小孩醒来,发现身边没人,那种不安与恐惧的表情实在太让人震撼了。为此我查了很多资料,还特地去问了心理医生。医生说,现在的小孩逻辑思维能力很强,害怕和不安得不到缓解,他们会幻想出更多的东西,所以比起拔苗助长,让小孩在有安全感的氛围下长大更重要,独立这件事情,必须在小孩能承受的范围内进行。

所以,孩子该哄就哄吧,等到他们开始嫌弃跟你们一起睡的时候,这样美好的时光就再也不会有了。

你们说·

固执

读者来信 赣州 王丽娜

你们的很多栏目我都喜欢看,尤其是装修房子那个栏目,羡慕能被抽中的幸运读者,可惜家不在深圳,要不然我一定报名参加。

编辑说:谢谢!不过这个栏目的名称叫《扮演家》。

微博读者 熊熊

家居小能手最爱的就是装修房子的栏目,各种DIY妥妥解决家里的收纳需求,必须点赞。

编辑说:谢谢点赞!既然最爱,可不可以记得它的名号?



微博读者 兰草

我特别喜欢装修房子的栏目,现在房价寸土寸金的贵,编辑们每一期都不遗余力地告诉我们如何提高每一寸土地的性价比。但是你们知道吗?这个栏目我最喜欢的版块是——

购物清单,每期我都用灵魂阅读这个版块,一遍又一遍。

编辑说:《扮演家》一再被叫做《装修房子》,本来我们以为是读者太固执,但是现在看来,执著于栏目名称,也许是我们太固执?

另外,喜欢购物清单的朋友审美真够匠心独运,不过这个版块确实操作轻松自如,形式活泼图文并茂,并且最重要的是——绝对没有毙稿后回炉再造的风险。我们也发自灵魂地热爱着购物清单。

Life Poll

本期有 1479 位读者对

《真爱靠天意 拆伙拼智商》点了赞,其中 826 位读者认为,

能优雅地说分手,才称得上真正的人生赢家。

看完《再优雅的暧昧,死相都难看》, 931 位读者齐发金句, 这年头只有号称 gay 蜜才能防火防盗防猜忌。

本期有 1535 位读者对《白雪公主不懂花木兰的替父从军》点了赞,其中 679 为读者表示应该多让小孩了解自己国家的历史文化。

《做好孩子 不做乖孩子》让 374 位家长表示很考验智商,操作起来有点难度。

阅读完《婆婆拿我的女儿当玩具》, 824 位读者支招,与婆婆保持安全距离非常有必要。

本期的认同感高峰出现在《嫁给一个男人 还是养了一个儿子》,有 2214 位读者对于男人在婚姻生活中的不作为表示愤怒。



《女报 生活》 邮发代号:46-146 订阅价:6.00元/册 全年订价:72.00元
 《女报 时尚》 邮发代号:46-186 订阅价:8.00元/册 全年订价:96.00元
 《女报 魅丽》 邮发代号:46-325 订阅价:6.00元/册 全年订价:72.00元
 《新故事》(24期) 邮发代号:42-65 订阅价:3.00元/册 全年订价:72.00元

女报

你在女报就在

《女报 生活》《女报 时尚》《女报 魅丽》,圈中达人最流行指标,城中生活超实用指南。
 女报旗下《新故事 红版》《新故事 绿版》,是中国故事刊的又一高峰,是顶尖故事大王的据点,篇篇必读,引人入胜!

★ 广东省品牌期刊 ★ 国家新闻出版总署优秀期刊 ★ 中国十大女性媒体品牌 ★ 中国邮政畅销报刊

立即获得超值大礼

马上订阅

先抢先得!送完即止

超值优惠订阅套餐

- A. 一次性订阅《女报 生活》、《女报 时尚》、《女报 魅丽》三刊全年240元**
 可享 价值120元全年12次快递服务+价值98元雪完美PXE瓜果精华亮白BB霜一支+价值198元玛丽黛佳彩妆套盒一份。
- B. 订阅《女报》或《新故事》全年任意一刊+60元**
 可享 价值120元全年12次快递服务+价值98元雪完美PXE瓜果精华亮白BB霜一支+价值72元雪完美天丝面膜6片。
- C. 订阅《女报》或《新故事》全年任意一刊**
 可享 全年平邮服务+价值98元雪完美PXE瓜果精华亮白BB霜一支

温馨提示

1. 套订三刊的读者,我社统一于每月18号发刊。
 2. 选择套餐C的读者,因刊物是以平邮方式寄出,邮局无法查询邮件信息,若出现迟到,丢失,或无法确定邮件下落等情况,敬请谅解。

礼品



PXE亮白BB霜

萃取红葡萄、冰淇淋西瓜、小可爱多黄瓜精华,配合透明质酸等多种亮白保湿成份,保湿、亮白、控油、遮瑕一次完成,调节肤质均匀自然白皙清透,轻薄裸妆秀出来。



雪完美黑珍珠美白透亮天丝面膜

内含黑珍珠、野牡丹提取精华,富含丰富氨基酸及微量元素等矿物质,天丝般的布膜清透隐形,零瑕敷感使精华液充分导入肌肤。肌肤自然保湿白皙柔润,亮出珍珠般的美丽光彩。



玛丽黛佳彩妆套盒

内含玛丽黛佳黑流苏密语睫毛膏1套+玛丽黛佳酷黑速干眼线笔1支,附赠应季新品体验装+美妆手册。玛丽黛佳黑流苏密语睫毛膏,全新嫁接科技,浓长美睫逆袭,专为睫毛较为短小稀疏的亚洲女性研发,仿若自身睫毛的嫁接延续,自然天成。酷黑速干眼线笔色泽泽酷感浓黑,随画随干,完美成型,独特防水滋养修复配方,持久防水、防汗及油脂。



更多礼品
请关注女报微信



订阅女报杂志
首选女报官方淘



维码三刊订阅二
女报订阅有礼

1. 邮局汇款订阅:(汇款地址:深圳市福田区景田北路妇儿大厦七楼女报杂志社 收款人:女报杂志社 邮编:518034)
2. 银行汇款订阅:(户名:深圳女报杂志社 开户行:深圳市工行桂园支行 帐号:4000024509014417045)
3. 女报订阅淘宝官方网址:<http://nvbaozazhi.taobao.com/>
4. 电话订阅客服:0755-83140682 83140656 女报官网:<http://www.woman.org.cn/>

Mrs.

90%
参考指数

最坚毅

吉赛尔·邦辰

我只是个从事
不平凡职业的
平凡人。

没有捷径唯有努力

2013年福布斯年度最吸金超模排行榜上“阔太”力压“嫩模”，拥有一双儿女的34岁巴西美人吉赛尔·邦辰以4200万美元年收入和2.5亿美元身价拔得头筹。用走台步数计费的吉赛尔连续七届连任最吸金版冠军，凭的不止是天生好运。产子后火速瘦身，再战T台身材更加火辣；前一天晚上才刚完成穿着比基尼站在电闪雷鸣暴雨中的拍摄，第二天就在美国加州死亡谷中午接近60度的高温下拍摄大片……

如此精神，大牌都折服，年龄自然算不上什么。

生而有才貌权钱，这等好运固然重要，把好运运用十二分努力保持下去变成好命才是正经事。要知道，这个世界最可怕的不是很多人比你牛逼，而是比你牛逼的人还比你努力。

60%
参考指数

最智慧

艾琳·兰黛

对一位聪明的
女性而言，事
业成功并不难，
难的是用智慧
经营生活。

穿 Prada 的好人妻

穿 Prada 的就是职业女魔头，24小时 on call，拿工作室当家？未必。站在祖母雅诗兰黛的肩上，艾琳·兰黛事半功倍，30多岁就构建出自己的美容帝国。忙碌工作之余艾琳还把家事打理得井井有条，关心家居布置是否温馨，关注出差时冰箱食物是否充足……不止如此，爱好时尚活动的艾琳还能一年玩转上百场 Party，衣衫从未出错。应得的生活使得艾琳获得“最完美富家女”称号。光环下，工作团队、家庭保姆和时尚伙伴的功劳不能抹杀，毕竟多数时候艾琳就是指挥，执行可全都是他们的事。

工作、家庭、私人生活都想要，那可不能寄望于精力充沛，应该分担工作量，必须自己出马的义不容辞，别人可以代劳的就在幕后指点江山。工作是做不完的，把事情切分出去，让自己省省心。

75%
参考指数

最恣意

杨采妮

我从来都是跟
随自己的心，
走自己的路。

我的人生我做主

“我与生命中的另一半要结婚了。”资深女神杨采妮简单宣布婚讯，成为新出炉太太一枚。林志玲惊呆了，本是同龄人，想嫁何太急。杨女神可没有恶意，只是蓄谋已久。17岁入行，23岁说走就走，30岁决心复出，花了6年时间写作拍片，39岁晋身导演，杨女神一向自己做决定，有力去执行，花19年才决心走进婚姻，当然一蹴而就。反观林女神一下子顾忌老妈不肯，一下子顾忌老哥的政治前途，男友换了一大波，大好年华空蹉跎。

人只能活一辈子死一回，听从自己的心去安排生活比迎合他人重要。为了别人的看法耽搁自己的生活，才是不应该放弃治疗的大傻瓜。



CONTENTS

女报生活

2014.01 No. 541

P14



P58



- 03 卷首 小雪过后，杂花生树
- 04 你们说
- 07 太太团
- 12 数学·家
- 13 听说
- 14 包世相 Tina 时尚跟美貌 不熟的
- 16 这个月
- 18 欲望场 躁动
- 22 专题 主妇不信邪，信流言
- 28 人物·M 钟汉良
- 31 扫超市 空气净化器也是显摆利器
- 32 专栏·幻想性 玉墨之后再无倪妮
- 33 专栏·男人帮

高于生活的表演 比生活更有煽动力

- 34 黎明说案 第三套房带不来第四个奇迹
- 38 偷窥 女神只可向上，不可向下
- 42 如果爱 请不要就此相忘
- 44 专栏·花揪太太 那些辜负过我们的人或蔬菜
- 45 专栏·有一天 结婚这种不值一提的烦恼
- 46 OSIM 爱身体 少女可以无脑 熟女不可无腰
- 48 人物·W 赵卉洲 穿观点，工作就好过点
- 50 热现象 爸爸很要命
- 53 主妇 DIY 中国好调料 清洁地垫很有效
- 54 物质太太恶补班

早教无小事，拼师资也拼泡泡水好吃

- 56 绝望主妇 如果毛病那么可爱 让它陪你孤老吧
- 58 美最大 眉毛好看 熟龄才有范
- 60 milk Baby 不吃冰淇淋，舔舔可以吗
- 62 绘本 可惜我们都没有查理
- 64 学习爱 请把主人找回来
- 66 玩穿越 他们那怒放的生命
- 68 婆婆很烦 谁能收拾掉我的韩版婆婆盘
- 70 征文·我的父亲母亲

致被岁月神偷光顾的你

- 72 相信爱 长久的不是爱是合适的生活方式
- 74 扮演家 偶像派门厅够靓是原则
- 76 Sex first

再疯狂 你还能玩出宇宙飞船来？

P60



P18



TM



SHUNXIANG
顺祥陶瓷

深圳市顺祥商贸有限公司
SHENZHEN SHUNXIANG TRADE CO., LTD.
全国统一热线电话: 400-830-1929
www.shunxiang-sz.com
总部: 广东顺祥陶瓷有限公司
GUANGDONG SHUNXIANG PORCELAIN CO., LTD.
www.shunxiang.com



本企业通过ISO9001:2008, ISO14001:2004, OHSAS18001:2011认证
专利号: [2011101467351] 执行标准: Q/SX1-2012

巧媳妇熬出来

健康瓷



国家发明专利产品
专利号: [2011101467351]
执行标准: Q/SX1-2012

PICC

本产品由中国人民财产保险股份有限公司承保

服务热线: 400 830 1929



P70



P34



P60



P74



模特 / 安心
化妆 / 叮叮
摄影 / 杨华彬

社长、总编辑：聂雄前

副社长：刘毓

副总编辑：杨小果

编辑部副主任：舒黎明

美术总监：曾娟荔

美术设计：齐伟 (Tina) 刘婷婷 (桃子) 曾娟荔 (Lizi) 郁乐

当值编辑：戴曼璇 吴晓丹

见习编辑：刘博学 陈容

编辑部：0755-83140728 83140621 83140619

法律顾问：广东圣方律师事务所 赖香根

主管主办：深圳市妇女联合会

编辑出版：女报杂志社

法定代表人：聂雄前

发行范围：国内外公开发行

发行部经理：陈静波

发行部：0755-83140656 83140598

国内统一刊号：CN44-1379/C

国际标准刊号：ISSN1006-611X

邮发代号：46-146 出版日期：每月1日

定价：¥6.0元

发行：深圳市邮政局

印刷：中华商务联合印刷（广东）有限公司

办公室：0755-83140625

电脑室：83140681

社址：深圳市福田区景田北路妇女儿童大厦七楼

邮政编码：518034

传真：83140636

网站：<http://www.woman.org.cn>

<http://www.女报.中国>

集体婚礼网站：<http://www.jthl.cn>

<http://www.集体婚礼.com>

广告总代理：深圳市红狐广告有限公司

总经理：刘毓

副总经理：许喻晶

广告总监：伍源源

广告联系电话：0755-83140738

广告许可证：深工商广字03-3-0032号

著作权人及期刊社联合声明

《女报》(含生活志、时尚版和魅力情感版,以下同)所载作品之著作权人已享有许可深圳女报杂志社自采用所载作品之日起叁年内在国内外独占行使所载作品的复制权、发行权、展览权、表演权、广播权、摄制权、改编权、翻译权、汇编权、信息网络传播权及在期刊杂志上(含电子期刊,以下同)的专有刊载权。包括报社、期刊社在内的任何人,未经深圳女报杂志社同意的,一律不得在前述规定的许可时间和许可范围内转载和摘编《女报》所载作品(含互联网上的转载和摘编,以下同),也不得以复制、发行、展览、表演、广播、摄制、改编、翻译、汇编及信息网络传播的方式使用《女报》所载作品。

深圳女报杂志社作为《女报》所载作品的专有许可使用人,有直接再许可第三人使用《女报》所载作品的权利。任何人如需转载、摘编或以复制、发行、展览、表演、广播、摄制、改编、翻译、汇编及信息网络传播方式使用《女报》所载作品的,必须征得深圳女报杂志社的许可。未经许可擅自使用的,深圳女报杂志社有权追究其法律责任。

★如果您手中的《女报》有印刷、装订的质量问题,请拨打印刷厂电话0755-33609988,我们将为您更换。

35岁英俊“钻石男”——痴情追求中年离异女



近日,35岁亿万身价的集团老总,竟然与一个离过婚的中年女人举行了一场极尽奢侈的豪华婚礼,让众多女性既羡慕又嫉妒,议论纷纷……

离婚后才懂得爱自己

我是一名老师,前夫和我感情冷淡,跟我离了婚。2011年,我的好姐妹娟子让我赶紧使用羊胎素E巢丹下体养巢。说我以前只知道买高级化妆品去美容院,却不注重下阴和卵巢的保养。说我这些年老成这样就是卵巢衰退的典型症状,再不及时自救,就会变成人老珠黄的“老女人”。本已心灰意冷的我突然间“开了窍”。于是我就买来10盒羊胎素E巢丹使用。没想到,奇迹发生了:久治不愈的宫颈糜烂好了,胸部也饱满挺拔了,腰上的赘肉也慢慢紧致了,身材玲珑有致,月经也恢复了正常,不痛经了,就连色斑也渐渐消失,肌肤白嫩细滑,浑身上下散发着迷人的光泽,朋友们都问我是不是去做了整形?完全像变了一个人似的,整个人至少年轻了10岁!

一次偶然遇到了钻石男

一次同学聚会,我认识了闺蜜的领导,一个身价高的集团公司的总裁王浩,王浩似乎看到我第一眼就有特别的感觉,眼神火辣辣地直盯着我,我感觉有一种压抑很久的冲动,但理智告诉我,人家是身价丰厚的钻石男,英俊帅气,而且未婚,怎么可能对38岁的自己有什么想法呢?我摇摇头,避开了王浩的眼睛,独自失意地提前离开了。

不可思议的事发生了

一天下班,竟然在学校“无意”中碰到王浩。他邀请我共进晚餐,吃饭的地方环境优雅舒适,期间,王浩并没有过多地问及工作上的事情,只是对我的过去很感兴趣,而我尽量保持矜持和沉默。但王浩似乎对我的过去非常了解,把两人间的气氛把握得很有尺度,一种爱的感觉在我俩之间悄然蔓延……

后来的日子,王浩疯狂追求我,那天,他手拿玫瑰和钻戒向我求婚了!我问他,“为什么你会爱上一个38岁的离婚女人?”王浩回答:“我看你像28岁,我没有遇见一个比你更能让我如此心动如此激动的女人!不管你的过去如何,在我心里,你是最美最性感最智慧最体贴最温柔的女人,你就是我老婆!”

羊胎素下体养巢 真的有道理

面对羊胎素E巢丹在市场流行,美容专家科荣表示:很多人觉得羊胎素E巢丹下体养巢疗法效果不可思议,实际上明白了科学道理,你就不会有疑问了。卵巢控制着女性的内分泌,它不仅让女人具有生育能力,还决定着女人的青春魅力,健康衰老的进程,是女人的“生命之源”。可随着岁月的流失,工作、家庭的辛劳及过度减肥、乱服避孕药,分娩、流产等原因,导致卵巢干瘪、枯萎、衰老,内分泌失调,皮肤就会干枯、起皱、长斑、乳房下垂变形、体形肥胖、月经紊乱、阴道干涩、阴道炎、宫颈糜烂、更年期绝经期提前、衰老加速。可以这样说,女人卵巢晚衰老十年就相当于多拥有十年宝贵的青春!

羊胎素E巢丹世界首创“下体养巢疗法”,不打针、不吃药、不涂抹,巧妙的通过阴道给药的方式,将羊胎素直接送达至卵巢,激活再生卵巢细胞,让衰老的卵巢重新恢复年轻健康状态。即能平衡内分泌、又能活气血,从根本上祛除色斑、皱纹,美容养颜,同时还能调经、丰胸、减肥、治愈妇科疾病,非常科学,非常有效。**科学家临床证实:**连续使用羊胎素E巢丹下体养巢3个月,就可以让40岁女人衰老的卵巢回到20岁饱满年轻状态。整个人美丽苗条性感,女人味十足。

瑞士羊胎素 美容防老有了新方法

瑞士羊胎素吸引了世界各地的明星富豪不远万里到瑞士注射一针,但要花费人民币58万元,所以只有极少数的人能够消费得起。而在瑞士美容院,都采用另一种更简单有效的美容疗法——每3天给女人下体放一颗羊胎素小药丹养巢,3个月就能让衰老的卵巢恢复饱满年轻化,不仅起到美容抗衰老的作用,还能调经、丰胸、减肥,治愈妇科疾病。

从注射美容到下体养巢美容的新发明

经过瑞士美容医学研究中心,28位专家多年研发,现已将针剂升级为可下体养巢美容的羊胎素E巢丹,新用法价格适中,人人都能消费得起。每三天只需用一颗,不仅能祛斑、祛皱、嫩白、抗衰老,还具有神奇的调经效果,对月经不调、经血少、闭经有奇效。尤其对乳房下垂、肿块增生者效果更佳,恢复乳房细胞的饱满,变得如少女般的坚挺和弹性。可迅速清除阴道和子宫内垃圾毒素,滋阴缩阴,消除阴道炎、宫颈糜烂等妇科疾病。还可使臃肿肥胖的身材变得苗条。羊胎素E巢丹国际专利保密配方(专利号:201210082171.4),其含瑞士特产的羊胚胎素可快速激活、再生、滋养衰老干瘪的卵巢细胞,恢复原有的饱满与活力,可让人年轻10至20岁。羊胎素E巢丹的诞生无疑是养巢美容界的一次革命,也标志着世界美容业从此进入了“羊胎素下体养巢”时代。

诺贝尔医学奖获得者卡尔教授指出:卵巢是由细胞组成的,在世界物种中只有羊胚胎的细胞分子结构与卵巢最接近,所以羊胎素下体养巢疗法完全符合科学理论。是目前国际上最先进、最科学的疗法之一。

羊胎素E巢丹不含任何激素,无副作用,养巢美容,安全有效,畅销世界38个国家,无一例消费者投诉,均取得理想的效果,瑞士羊胎素E巢丹在美国被评为“十大诚信广告产品”之一。

9种女人急需羊胎素下体养巢

- 1、肤色不好,伴有色斑、皱纹、变老的女性。
- 2、白带异味、瘙痒、阴道炎、宫颈炎、宫颈糜烂、子宫肌瘤、盆腔炎、附件炎的女性。
- 3、月经不调、痛经的女性。
- 4、赘肉多、身材走形的女性。
- 5、胸部扁平、乳房下垂的女性。
- 6、失眠、情绪低落不自信的更年期女性。
- 7、临近绝经或已闭经1-2年的女性。
- 8、阴道松弛、干涩、疼痛、性冷淡、夫妻生活不和谐的女性。
- 9、流产后,生育后,阴道子宫受损的女性。



羊胎素下体养巢美丽热线:400-709-5959

优惠代码:1126(向客服人员报出此代码,即可获得赠品)友情提示:我公司从未授权任何网络咨询及销售,谨防假冒!(全国免费送货 货到付款)

1包

LANA MARKS 戴安娜王妃包
官方售价：136000 元

1. 根据时尚圈定理，想要把衣服穿得好看，先决条件是瘦瘦瘦，可它更残忍，还要求高高高。这款梯形鳄鱼皮手袋兼具美貌和传奇家世，身高逼近 40cm 大关，不高挑者勿尝试。
2. LANA MARKS 是唯一一个只做稀有皮革的奢侈品品牌，各种鳄鱼皮、鸵鸟皮、蜥蜴皮制成的重口味口袋，让牛皮羊皮的拥趸望而却步，好在还有几款包能凭借颜值全球通杀。
3. 它为戴安娜量身定制，被王妃本人盛赞为“她能想象的最美手袋”，闻名天下的迪奥戴妃包在它面前也要沦为大街货。



比迪奥戴妃包更正宗

裸妆界教程 自然有杀伤力

2脸



Bobbi Brown 暮光柔粉眼唇盘
官方售价：980 元

1. 当裸妆达人自称素颜美女，还往脸上一层一层刷重彩未免太吃亏。这款大容量双层彩盘，包含 14 种裸妆常用色，凭借新手必备、出错率低、爱憎全收录的三大属性晋升教程。
2. 如果化妆也算欺诈行为，裸妆绝对是千王之王。品牌创始人波朗女士被称为好莱坞裸妆皇后，曾以 10 款自然色唇膏杀入高手云集的彩妆界，妥妥说明自然也是大杀器。
3. 现被雅诗兰黛收购，低调的子品牌路线与强劲实力不符，产品均偏滋润，适合中性和干性肌肤。

斐雪派克 HC120DCXB1 油烟机
官方售价：35800 元

1. 有经验的主妇绝不会奢望自己一个眼神，男人就能包办一切需求。可它一旦开启感应功能，就能敏锐捕捉周围情况，以六种速位自动调节排烟强弱，可靠又体贴，令人相信爱。
2. 斐雪派克素有新西兰国宝之称，收国际大奖收到手发软。好消息是，该品牌已经被我国土豪海尔集团用天价收购，买不起这台海尔·斐雪派克油烟机，直接买台海尔也不错。
3. 如果再搭配贵十倍的同品牌升降灶，两款家电还能互相感应火力强弱，发挥双剑合璧的功效。最近有扫地机器人因繁琐家务自焚，不知道能者多劳的油烟机有没有这种烦恼。

神级油烟机
买不起可以买海尔



3用

Keywords

本月关键词

错觉!

1. 据说，医改结果调查显示，超九成群众反映看病方便了，超八成民众反映看病便宜了，就医形势一片大好。围观群众觉得听起来有点像错觉甚至幻觉。不过，假如有个群众姓超名九成，有个民众姓超名八成，那么调查结果应该还挺脚踏实地的。目前，围观群众纷纷渴望“超九成”同志和“超八成”同学出来走两步。

2. 中国大妈突然变得高端大气国际范儿了，她们开始玩比特币。比特币是什么？小编们看完百度百科后敲破脑袋也没完全弄明白，中国大妈们却显然对它熟悉得很，中国比特币总交易额大于1000万的用户中40%为女性，再次彰显投资魄力。不过，编辑们私下认为，高端大气国际范儿大概是错觉，4年前挪威男人花27美元买下5000枚比特币，到今年初价格已经暴涨成真金白银的86.6万美元，合计约人民币527万。这个才是大妈们转型的真正动力。

3. 淘宝双十一当天成交金额350亿，马云很高兴地说，大家都在网上买东西，不去实体商场和商店，商场和商店的租金就得下降，于是房价、物价都会下降。

听起来很有道理，鼓舞人心。可惜任志强很快就告诉大家，这只是个错觉：“300亿也就是几块地钱。”与此同时也不断有大V们爆料：小区门口的饭店被房产中介挤走了；理发店被房产中介挤走了；干洗店也被挤走了……错觉很丰满，现实很骨感。

番茄是意外 搭档是最美丽的意外

近日，西红柿成为了菜摊上的奢侈品，每斤5.8元，批发价也猛涨两成。深圳菜市场上东北西红柿甚至突破10元一斤大关。而且由于生长周期和季节等原因，短期内很难降价。

不少餐馆里的番茄炒蛋变成了蛋炒番茄。喜欢吃鸡蛋的可以抓紧时间吃了；喜欢吃番茄又想精打细算的，可以去买点番茄酱。番茄酱目前价格尚未受到影响。一瓶番茄酱4块5，作为配菜的作料能吃很长一段时间，4块5买西红柿也就是吃一顿。以我大中华美食家的功力，相信番茄酱炒蛋很快能自成一派美食。

——本月番茄价格涨幅在5.1%，领涨蔬菜价格；生姜、茄子紧随其后，反常涨价。

——番茄的好搭档鸡蛋并没有水涨船高地身价倍增，反倒跌了0.7%，光荣成为本月菜市场最美丽的意外。

Buy 菜市场

有毒没毒 方便面都能很淡定

香飘飘总说我们能围着地球绕圈圈，康师傅淡定表示我只是懒得绕而已。作为居家旅行必备的神器，方便面君最近被台湾当地媒体爆料，康师傅香辣牛肉汤面、统一老坛酸菜牛肉面、韩国辛拉面等7款方便面的浆料中，6款含有铅、砷、铜等重金属。这件事情漂洋过海到内地，官方和民间姿态难得很统一。砖家们淡定地表示，我们身体素质好，各种化学物质在体内碰个头就各自中和了，吃那么一点重金属完全小Case。对方便面有需求的民间人士更淡定，唯一在乎的是说好了7款中6款有问题，没问题的那一包究竟是哪个牌子？求真相！

Hot 热超市

\$/¥

深港本月
打酱油
风向标



金莎 金钻礼盒 24粒
(300克)

香港：百佳超级市场
HKD: 72元
RMB: 56.6元
深圳：华润万家
RMB: 99元



欧莱雅 金致臻颜日霜
(50ml)

香港：雅施连锁
HKD: 92元
RMB: 72.3元
深圳：欧莱雅专柜
RMB: 300元



刀唛 纯正粟米油
(900ml x 3支装)

香港：惠康超级广场
HKD: 79.9元
RMB: 62.8元
深圳：华润万家
RMB: 78元



Tina 射手座
深圳市若美服装有限公司 设计总监
新浪微博:
大牌汤圆 Tina

Tina

时尚跟美貌不熟的

文案_戴旻璇

摄影_Ivan 服装助理_柚子

化妆/发型_小琴

服饰提供_Tinavivarra

场地提供_深圳福田景田路妇儿大厦 29F

女报视觉传媒

Tina 对买衣服有过近乎变态的狂热。

每一次去香港 shopping, 信用卡一定刷爆, 现金必然花光。怀着 7 个月大的双胞胎, 肚子撑得像巡洋舰一样壮观, 为了买衫, 走在街头 Tina 依旧是脚下生风。

后来 Tina 果断把爱好变成工作, 成为时装设计师的她逛街频率更高, 但衣服买回来再也不是为自己扮靓, 而是为了作版型设计研究, 逛街因此成为一件无趣的事情。

至于奢侈品, 深入了解这个行业后, 如今她和女伴逛街, 都会坚定地遏制住对方熊熊的购买欲, Tina 说: “性价比实在太低, 在这个行业里浸淫越久, 越是觉得不值得花那么多钱, 现在真心买不下手了。” 购物癖就这么不药而愈。



项链 Prada

这条项链是 Tina 最心仪的物品, 它独特的切割工艺散发出迷人的光泽, 很适合出席一些隆重的场合, Tina 认为每一个熟女的珠宝盒里都需要一款大气又不失精致的项链搭配礼服。



香水 Givenchy

这款香水是朋友从法国带回来的礼物。它是 Givenchy 为庆祝“倾城之魅”香水畅销十周年推出的限量版。香水的香味融合了全球各大产地不同属性的玫瑰, 寓意着“极端魅惑, 优雅绽放”的意思。



相机 FUJIFILM

这款相机走的是 20 世纪 50 年代的风格, 它经典拉风的外形成为 Tina 每次旅行时必带的潮物。



小外套

在韩国旅游时淘来的独立设计师品牌。这件外套由纯手工制作，上面的珠珠和亮片全都是设计师一针一线缝制上去，做工非常精细。这种款式的小外套属于衣橱里必备的百搭单品，可以任意搭配衣裙，Tina 尤其喜欢配一条七分裤出街。



戒指

也是旅游时淘来的古董，Tina 很喜欢这抹优雅魅惑的宝蓝和它复古华丽的造型，这种大配饰穿搭的时候不宜太多，有一两件足以达到画龙点睛的效果。



听筒 Native Union

这个英伦风听筒绝对是煲电话一族福音，它的防辐射功能，让你与姐妹煲电话煲再久都不用担心会被辐射困扰。它出自法国设计师 David Turpin 的手笔，抢眼的外观用来凹造型也是不错的。

银壶

这件铸花工艺精细的银壶是 Tina 在巴黎游玩时，在当地著名的跳蚤市场 Marche aux Puces 购得。据说是拿破仑二世时期的古董，当年的贵族们用它来喝英式下午茶。



A= 女报 B=Tina

A: 你设计的服装主要定位在哪类人群?

B: 25 至 40 岁之间，有身材的都市女性。

A: 为什么要特别强调“有身材”这件事情，是不是多牛的设计师都没办法让胖子时髦起来?

B: 瘦在时尚界是必须的，这真的是硬伤。但是胖子有胖子的路线，不一定每个人都要时髦，像范冰冰瘦了反而不好看，她走珠圆玉润的宫廷风挺美。

A: 所以你认可范冰冰的美，但不认可她的时尚。

B: 当然。时尚跟美貌是不同质的，我理解的时尚是一种自信的态度，像哈伦裤、松糕鞋等等可以很时髦，但却未见得美。

A: 中国女明星近几年频频组团去围观各大国际时装周，有没有谁的穿衣品味你特别欣赏?

B: 陈燃。看到她的简介时我简直惊呆了，她是从大山里走出来的，没有任何代表作却自如穿梭各大时装周，而且真的还挺有范。这证明时尚比美貌要亲民，美貌是先天基因决定的，但时尚完全可以通过后天修炼获得。

A: 从爱买衣服到成为时装设计师，你对衣服到底狂热到什么程度?

B: 以前我一天至少要换三套衣服，去每一个不同的场合都要精心搭配，喝下午茶和泡夜店一定不是同一款。以前非常喜欢去夜店，穿得也很 sexy，绝对吸引男生目光，那时候这些都是自信的来源。但结了婚以后开始不再追求这些，现在我唯一的消遣就是与朋友去 KTV。

A: 结婚前后反差这么大，会不会在某个尿布与争吵飞满天的清晨，怀念当年在夜店肆意狂欢的时刻。

B: 一定会的。所以我给自己定了一个目标，每年有 20 天完全撇开老公和小孩，跟我的闺蜜去旅行。出发前我会很豪气地想，这一年我太累了，我再也不想晚上哄小孩了。但是撑不了几天我就会崩溃，去年在法国，最后几天我连电话都不敢打，每次都是带着对老公和小孩的无限想念飞奔回来。

Tina 私藏



包 Chanel

粉红色在 Chanel 的包款中很少见，这是 Chanel 推出的限量款，Tina 说这种粉嫩粉嫩的感觉像樱花般浪漫甜蜜，偶尔想少女情怀一下，就会带着它出街。



手表

Patek Philippe

创立于 1839 年的 Patek Philippe 是瑞士老牌手表厂商。这款手表目前已停产，Tina 喜欢它华丽神秘的深邃蓝，最可爱的是表盘上有太阳月亮，白天时针在太阳上，晚上时针在月亮上，非常萌。

腕表



玩诗意的都是大咖

梵克雅宝 Midnight Poetic Wish 腕表 官方售价：790000 元

1. 它的表盘由珐琅和珍珠母贝填充组成，层层渲染而成的珐琅图案想做出蒙骗外行的效果都要砸钱 8 万，更别说指针走到尽头瞬间弹回原点的逆跳机芯专利，连伟大的天朝也无法奉上山寨款。如果遇到佩戴此表的人，无论衣衫有多褴褛，请立刻和她做朋友。
2. 这种级别的珐琅微绘，全世界只有几位年迈工匠能做到，手艺面临失传的风险。所谓牛逼就是先断掉山寨的后路，再断掉自己的后路。
3. 这款刚在 2013 日内瓦钟表展杀完菲林回来的新品，走的是诗情画意流。随着时间运转，表盘动画缓缓播放。流星从云后飞出指示分钟，男子踱出巴黎圣母院阳台指示小时，牛人可以猜猜图上是几点钟。

除一除救场次数不算贵

Vivienne Westwood 复古印花裙 官方售价：8100 元

1. 这件希腊风丝绸长裙，修身效果简直是矮矮胖胖的救星。肩部垂搭设计专治麒麟臂，束腰剪裁挽救水桶腰，加上能遮大象腿的摇曳裙摆，分分钟恍如白富美。
2. 这家品牌的创始人号称朋克教母，全球摇滚乐手们至今还是她当初设计的那个形象，穿紧身小皮裤的汪峰如果能多学几分神韵，一定能上头条。
3. 它身上也隐藏了不对称、撕裂图案等朋克元素，气势可收可放。衣柜里与其塞满穿不出街的地摊货，不如买这款新衫镇场，除一除用它 hold 住局面的次数，平均花销并不贵。



5 穿

珠宝界的低调王者 爱搞中国风

Carrera y Carrera 白金镶钻项链 官方售价：206000 元



1. 自从地产商卖起苏州园林型房产，网上有人征集数千人合购，平均三年能入住一天。这款同样走园林漏窗路线的白金项链，排队只用排三周。到时颗颗圆润的绿玛瑙珠串配上镶钻竹叶，一定能闪瞎小伙伴。
2. 作为西班牙皇室的特许珠宝供应商，Carrera y Carrera 算得上珠宝界的低调王者，近期才成为各种奥斯卡、格莱美得主的红毯利器，连帕丽斯·希尔顿都连收好几款。
3. Carrera y Carrera 一向爱搞中国风，除了把竹和龙做成两大系列，设计里出现过的凤凰、鲤鱼、梅花、旗袍、阴阳、古代仕女连清点数量都是浪费时间。有中国大妈挽救全球金价的案例在先，也许它也爱上了土豪的腰包。

6 珠宝

复方乌鸡口服液

产品常见疑问解答

Q: 复方乌鸡口服液适应症?

A: 半边天复方乌鸡口服液以正宗泰和乌鸡为君药, 辅以十一味名贵中药材, 君臣辅佐, 有补气血、益肝肾的功效, 适用于月经不调、带下异常、痛经、经前期综合症以及更年期综合症等。并能够提高女性体质, 改善调节内分泌, 增强非特异性免疫力。

Q: 复方乌鸡口服液有没有毒副作用? 可否长期服用?

A: 半边天复方乌鸡口服液是纯中药制剂, 选用的都是正宗中药材, 这些药材都是纯天然的滋补佳品, 在平常的饮食中往往都被用于药膳。且半边天复方乌鸡口服液不含激素也不含任何化学性的添加剂, 没有任何毒副作用。可以长期服用, 每年秋冬季节连续服用进行调补效果最佳。

Q: 服用复方乌鸡口服液应注意些什么?

A: 服用应注意: 1、月经干净后两天开始服用, 月经期不能服用; 2、早晚各一支, 空腹服用; 3、少吃辛辣生冷食物; 4、属湿热等症者慎用; 5、感冒、发烧者慎用。中药制剂贵在调理和积累, 以补虚扶正, 应连续服用1至2个月时间。

Q: 服用复方乌鸡口服液之后感觉有些热气?

A: 半边天复方乌鸡口服液为温补类中药, 有补气血的作用, 在补气血的同时, 会增加人体血铁和钙的含量, 服用期间稍微有些热气, 故服用期间宜避免辛辣、生冷等刺激饮食, 适当地多喝些水, 多喝些凉茶。属阴虚火旺体质的女性可以搭配半边天六味地黄丸服用。

Q: 什么年龄阶段的女性适合服用复方乌鸡口服液?

A: 半边天复方乌鸡口服液为纯中药制剂, 适用年龄层很广, 从月经初潮至绝经后的女性, 有月经不调病症、体弱体质的都可以选用半边天复方乌鸡口服液。

Q: 说明书上功能主治中“五心烦热”是什么意思?

A: 五心烦热, 症名, 心中烦热伴两手足心有发热感觉, 多由阴虚火旺、心血不足或病后虚热不清及火热内郁所致, 是虚损劳累等病的常见症状之一, 治宜滋阴降火、清热养阴、清肝理脾。



国药准字Z10910021 赣药广审(文)第2012020015

主治妇女病: 月经不调, 痛经, 白带异常

女性健康咨询电话: 400-8878886

女性健康网: www.newwomen.com.cn



乳宁丸产品常见疑问解答

Q: 乳宁丸的主要成分?

A: 半边天乳宁丸以天然名贵中药材石刁柏(多年生直立草本植物, 含有多种特殊营养元素, 如蛋白质、铁、磷、镁、钾等多种成分, 维生素的含量亦高于一般的蔬菜和水果, 且石刁柏现已被列为稀有蔬菜)为原料, 经现代深层微化处理, 充分保留药物活性成分。

Q: 乳宁丸的主要功效?

A: 半边天乳宁丸可温肺祛痰、活血化瘀、消散肿块, 有抗肿瘤以及免疫调节作用, 提高抗病能力, 用于治疗痰瘀互结所致的乳腺结块、肿胀疼痛以及乳腺小叶增生等。

Q: 乳宁丸的药理作用?

A: 1、抑制乳腺上皮增殖, 并通过降低乳腺组ER、PR的含量, 降低乳腺组织对雌激素敏感度来抑制乳腺增生; 2、降低血清雌二醇, 减少乳房增生值, 抑制增生; 3、抑制棉球肉芽肿及醋酸所致的毛细血管通透性增高, 抗炎、消肿; 4、具有显著的镇痛作用; 5、提高单核巨噬细胞吞噬功能及T细胞介质的细胞免疫功能, 提高免疫。

Q: 乳宁丸临床实验效果如何?

A: 经对200例确认的肝气郁结、气滞血瘀所致的乳腺增生症, 用半边天乳宁丸予以治疗观察, 总有效率为93.5%, 对乳房肿块的有效率为93.5%, 乳房肿块质地变化的有效率为91.5%, 乳房疼痛消失或减轻达100%。

Q: 乳宁丸可以温肺祛痰, “痰”是什么意思?

A: 中医学所说的痰, 多指人体脏腑气血失和, 津液运化失常的病理产物而言。其包括可咳吐而出的肺胃之痰, 停积于脏腑、经络、血脉之中的潜在之痰等等。人体内痰生成到一定程度而不能消除时, 便有可能引起包括多种常见病甚至是疑难病在内的各种错综复杂的病理变化。

Q: 乳腺炎、乳腺结核病患者可以服用乳宁丸吗?

A: 可以, 因为乳宁丸中的石刁柏有润肺、镇咳、祛痰、利尿、杀虫的功效。

Q: 乳宁丸的服用方法?

A: 口服, 一次6~9丸, 一日3~4次, 2~3个月为一疗程。

半边天专业妇科系列药品

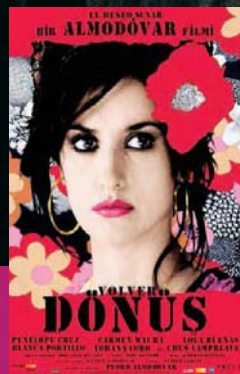
全面呵护您的健康

复方乌鸡口服液、乌鸡白凤丸、妇炎康片、乳宁丸、聚维酮碘栓、妇舒洁抗菌护理液、艾茵洁抗菌护理凝胶、田七痛经胶囊、妇科止带片、更年安胶囊、芦荟胶囊、阿胶益寿口服液、肾宝糖浆

躁动

文案 / Cherish
模特 / 安心
服装编辑 / 王芳
造型师 / 黎嘉怡
服装提供 / H&M ZARA Bershka

黑色斜肩长裙 / Bershka



电影：
《浮花》

西班牙

导演：佩德罗·阿莫多瓦

红色迷人眼。绯红的门、巴士、栅栏、手提包，红罂粟的女人国和她们血一样的爱恨，强悍的母性和鲜艳明烈的佛罗明哥。风情万种，意乱情迷。



黑色镂空蕾丝长裙 / H&M

20 欲望场

策划/统筹_女报视觉传媒 图_Andy 设计_Tina



话剧：
《柔软》

导演：孟京辉
编剧：廖一梅

渴望变性的男人与雌雄同体的女医生，错位的爱欲纠结，似乎想穷尽人类这高级动物所有的复杂。疯狂直至虚空……在我们的一生中，遇到爱，遇到性，都不稀罕，稀罕的是遇到了解。

吊带长裙/Zara



黑色绒面紧身衫/Bershka
皮革百褶裙/Bershka



主妇不信邪 信流言

真正有危害的不是时代，
而是道高一尺，
魔高一丈的谣言；
以及天生爱听谣言的女人们。
不过，要是连女人都不听谣言了，世界该多无聊啊。

1
传言泡沫箱
种菜致癌

来源：微博

用泡沫箱种菜的朋友必须马上停止了！塘厦医院上班的医生说，最近一家三口人，全部得癌症在他们科室住院。卫生局调查发现，他们家用泡沫箱种菜，吃了3年自产菜，把癌症吃出来了。以为自种健康少农药，没想到泡沫箱比农药更厉害！种菜的朋友们舍弃你们的泡沫箱吧！

复制粘贴并不致富，
却也并不消耗1卡路里能量。

泡沫箱够淡定
才能保住一席之地

琳琳 35岁 杭州 公关主管

在讲阳台的泡沫箱菜园之前，请允许我稍稍绕个圈，讲讲十几年前的一件事。涉及真人真事，有些细节模糊处理了。

那年我在老师的介绍下到一家晚报社实习。有日上午，隔壁版记者老师带来一条爆炸性新闻，市中心公园发现一具女尸。

那是一座治安有口皆碑的东部省会城市，中心公园又是示范性公园，市民锻炼、休闲都爱往那儿走。在那种地方出现女尸，相当具有爆炸性。

新闻当天傍晚就出街了。死者女性，被发现于公园东南角的偏僻水渠中，身高约1米62，身形较胖，上身白衬衫下身黑裤子，脚上穿黑皮鞋。长发，年龄大概在四十岁左右。

第二天下午，更劲爆的消息来了。公园管理处打来电话：“我们没接到警方发现女尸的通报，也组织工作人员把园内所有沟渠全部清理了一遍。除了在东南角水渠中发现一只死老鼠，并没有发现任何尸体。麻烦记者提供看见尸体的确切地点。”

后来我们才知道，真相是：爆料人为了多挣50元爆料费，硬生生把公园沟渠里的老鼠说成了女尸。记者老师因为轻信老合作人、没有认真审查消息来源被处罚了。

我有点同情他。假如有人如此栩栩如生地描述细节，我很可能也会相信。画面感那么强，自带3D立体效果。很难想象究竟要怎样对着一只老鼠，说出脚穿黑皮鞋、长发、四十岁左右的细节，刷新了人类想象力和撒谎力的上限；而一个人用如此优秀的自带镜头功能编造那么大一个谎言，竟然只是为了多挣50元钱，也刷新了金钱诱惑的下限。

这事给我脑袋里埋下了一根弦：千万不要轻信别人的任何话语。说谎只是上下嘴皮碰几碰，并不费钱。至少，没超出人民币50元。

往后的十几年，生活经验越发让我坚定这个信念。当所有能写几个字的人都开始随心所欲在网上讲话，谁认真谁就输了。保持淡定的意思，就是不要别人一扯淡你就信。

——东莞塘厦医院说：“我们医院没有这个案例，不知道这条信息从哪儿来的。”

——深圳大学高分子化学专家王庆国教授：泡沫箱的主要成分其实就是俗称的白色污染，化学结构稳定，不易降解。即使少量化学物质挥发到土壤里，也很难被植物吸收；即使植物吸收了，人食用也不会致癌；即使直接吃了这些泡沫，也只会对身体有害，但不会致癌。

——假如泡沫箱长期在户外经历暴晒、高温，会不会分解出有毒物质呢？

北京化工大学材料科学与工程学院做了一个实验，通过两种方法来求证。首先是称重法。将一块塑料泡沫放沸水里煮三个小时，之后称重量，实验室的精密仪器基本检查不出来它轻了多少；其次又用色谱分析法检查有没有有毒物质进入水中。同样，实验室的精密仪器也几乎检查不出有物质进入水中。泡沫箱的主要成分结构非常稳定。

——癌症诱因很复杂，不是单一原因造成。绝大多数癌症无法确定原因，只有少数癌症（如宫颈癌、某些白血病）可以确定系特定病毒引发。泡沫箱病毒至今还未诞生。

——使用泡沫箱种菜需要注意的是泡沫箱本身的来源，不要随便捡来就用。假如泡沫箱以前装过化学制剂，那的确会残留有害成分。

我家买房时开发商赠送了大阳台。妈妈把我们装水果的泡沫包装箱填上土种菜。三不五时地，全家人就能吃上一碗无污染无公害的小白菜。在我的鼓动下，阳台有空闲的同事们也纷纷自种小菜。

我们很快遭受了一次巨大的“恐怖袭击”。那天，一个同事在QQ群里发了那条泡沫箱种菜致癌的消息，言之凿凿，有细节有出处，引起一片哗然。一位感冒的同事嚷起来：“天啦我感冒这么久没好，不会是癌症吧……”

我有点慌。万一真有人吃出个三长两短，我不杀伯仁，伯仁却因我而死，多愧疚啊。

不过，多年前埋下的那根弦提醒我很快发现了这段文字的破绽。

第一，一家三口，三年来每顿都吃自己家种出来的菜，那蔬菜产量得有多大？光一个阳台怎么够，必须卧室床上都种了菜吧。假如他家种的菜不够每顿都吃，平时也在外面买菜或者外出吃饭，得癌症这事能全赖在泡沫箱上？

第二，通过平时的新闻我略有了解，卫生局跟教育局一样，教育局的职员并不直接教书，卫生局的也并不直接看病诊治，怎么会去调查一家三口的患癌原因呢？

我把两大疑点发布在群里，大家觉得有道理，一场信息“恐怖袭击”的骚乱暂时平息。

几天后，有媒体采访，发现那家医院没有这样的一家三口癌症患者，那根本就是个假消息。我们问转发的同事哪来的消息，他说：“朋友发的。我也是为了大家好才发给你们看。”

是，说句为了大家好就什么责任都没有了。可是这种恐怖的信息袭击造成听众心理情绪波动，肾上腺激素水平异常，会损伤人体健康，每分钟会造成250个以上的脑细胞死亡。

你问我哪里来的这么精确的数据？

我这不是为了大家好才编出来的吗。至少是原创，消耗了半路里的热量，比不动脑子复制粘贴有诚意多了。

2 传言

西瓜打针

来源：网络

现在的西瓜又红又甜，是打了甜蜜素和胭脂红。这两个玩意儿会破坏肝脏、肾脏功能，尤其影响儿童智力发育，吃多了会中毒死人。

关于西瓜打针传言：

——医院护士表示：西瓜没心脏，没血液循环系统。等打进去的液体缓慢扩散到西瓜全身，西瓜恐怕早就恶臭到直接被人类踢出食物链了吧。

——瓜农如是说：一看就是没种过瓜的人。西瓜长起来飞快，为什么要打针？西瓜卖那么便宜，弄注射器、买添加剂，给它们挨个打针过去难道我们不会累吗？

——水果店老板如是说：西瓜本身水分就多，如果给里面注射液体会很难吸收。况且，西瓜一旦有点伤口会烂得很快，一两天之内没卖出去就得亏本。没人愿意做赔本买卖的。

——记者实验证明：

1. 甜蜜素和胭脂红并不允许买卖，很难买到；

2. 针头扎进西瓜后，很快就被瓜肉堵塞无法再使用。假如瓜商要给每个西瓜都打针，那得换多少个针头啊？别卖瓜了，直接卖针头比较好赚；

3. 强行注射进去的一点蓝墨水，静置三个小时切开西瓜后，仅染了注射处附近的一点点瓜肉。

4. 针孔很明显，扎过的附近会有小黑圈，肉眼能看出。

——早在 2006 年海南西瓜便被传说注射红药水，后虽证明是谣言，瓜农却因此损失了 3000 万元。

传言不可怕，可怕的是利用传言达到自己目的的人。

不知道她究竟是怕西瓜打针还是讨厌拿出西瓜的我

Jack 妈 37 岁 上海 行政主管

今年夏天，一向自诩为好妈妈的我，险些沦为杀人犯。

儿子七月份过生日时我在家里办了一场生日 party，邀请儿子的小伙伴以及小伙伴的妈妈们参加。我和孩子爸细心布置采买外联，严阵以待到就差写脚本流程做 PPT 人手发一份。

当然，辛苦一番后效果很美好。当天的 party 小伙伴们玩得很开心，妈妈们也对我的策划组织能力赞不绝口。尤其是晚餐时我们家阿姨烧的一桌地道上海菜，把大家都惊艳了。

看着一屋子的欢声笑语，我也很开心。突然 Leo 妈声嘶力竭的惊呼划破了一派祥和。

那是晚餐过后的甜点时间，阿姨准备了五彩缤纷的果盘，打头阵的当然是最当季的西瓜。问题就出现在西瓜上。

“Leo，你是不是吃西瓜了，赶紧吐出来，吐出来！”

Leo 妈的急切引起了所有妈妈的围观。

“你们家买的西瓜是打了针的。你看，那个黄色粗纤维就是打针的痕迹。”Leo 妈惊慌失措地试图撬开她儿子的嘴巴。

不容我分辩，她像指正罪犯般滔滔不绝向大家诉说我提供的西瓜有多罪大恶极：“知道吗？现在的商贩可无良了，这西瓜又红又甜，一定是加了甜蜜素和胭脂红的。这两个玩意儿会破坏肝脏、肾脏功能，尤

其影响儿童智力发育，吃多了说不定会中毒死人啊！”屋子里顿时骚动起来。

Leo 妈接着说：“听说还有瓜农给西瓜输液，网上图都出来了，一排排吊瓶挂在瓜田里，这些西瓜都是靠各种药物催熟催大的。”

整个 party 由欢乐变成恐慌。其他妈妈纷纷询问自己的小孩有没有吃西瓜，这时我才发现自己危机公关能力接近于零，周身充满了杀人犯的即视感。

救星从天而降。阿姨听到外面的骚动后从厨房出来，拍着胸脯向大家保证：“不要怕，我们老家也种西瓜，种给自己吃的，绝对没打药，没打针，也有这种黄色的粗纤维。”

在阿姨忠厚老实的保证和其他妈妈的圆场下，小朋友们吃完其他水果后离开，总算不那么惊悚地结束了 party。

我的直觉是西瓜没问题。Leo 妈和我们住同一个小区，两家条件差不多，她是那种一定要树立竞争对手的人。我家儿子得了四朵小红花，她就会逼她家儿子下周也拿四朵小红花；我老公穿什么好看，她老公很快也会穿上类似款，平时客客气气实际上挤兑我的事干过不少。这次她大呼小叫把好端端的气氛弄成这样，不能不让人怀疑是故意的。

可是我又能有什么办法呢？谣言总比真相跑得快，攻击总比防守来得猛。可怕的不是传言，而是善于利用传言达到自己目的的人。

3 传言

来源：微信朋友圈

柚子皮和木炭可以清除甲醛，有神效。

省钱又环保，这五个字是包治百病的狗皮膏药，直接命中红心。

在想象力的加持下木炭都是智能的

珊珊 36 岁 深圳 淘宝店主

当一个人下定了决定，
万水千山都会为他让路，
传言也能给他垫脚。

犀牛不灭火也能活 Wifi 不关有人会死

莉莉 27 岁 广州 造价师

4 传言

来源：微博

Wifi 的辐射能
杀死植物、致
癌，而且杀精。

据说在马来西亚的丛林里，犀牛只要发现地上有一星半点火光，就会立刻奋不顾身冲上前去，用脚啪地把火踩灭；在我们家，每一次（请注意，是每一次）我或老公没有斩钉截铁表示要用 wifi，公婆就会不厌其烦地跑去书房，把无线路由器啪地关上。

本来公婆也喜欢上网，婆婆还很潮地开了微博，平时没事转发一点心灵鸡汤。有天她很认真地问我像仔仔（我老公）那样，不联网线直接用 ipad 上网，是不是就是 wifi？

得到肯定的答案后，她如临大敌：“以后还是直接用网吧吧，无线信号是靠辐射传播的，致癌，连植物都会被杀死。”

从此公婆铁心跟 wifi 较上了劲。我们的无线路由器接在客厅，晚上 10 点半公婆准备洗漱，wifi 信号准时关闭。有时老公早上偷偷摸摸打开 wifi，看看微信，灭火的犀牛们只要发现路由器上那些小红灯小绿灯在闪耀，就会迅速冲过来，把它啪地灭掉。

我上班时间可以上网，回家无所谓。老公单位出于保密需要只能上一些固定网站，他无论出差住

酒店还是去打球，三句话之内必然会问：“咱们这儿 wifi 密码是多少啊？”上次看动物纪录片，他甚至盯着长颈鹿头上的两个小揪揪幻想那是动物园的无线路由器。

让这样一个人在家也不能用 wifi，他苦恼得脑袋上快长出两个大包直接当路由器使了。

上周末老公躺床上刷微信群，网络突然断了。他愤怒地冲出去，冲刚关掉路由器的婆婆吼：“妈，我们大学同学刚建了微信群，好多业务可以联系，你就非得跟你儿子过不去吗？”

婆婆也火了：“我是你妈，我做什么都是为了你好！我一直纳闷，怎么同事家孩子跟你们差不多同时结婚的，现在女儿都三岁了，你们还没动静。都是因为你们爱用 wifi。wifi 致癌就不说了，它还杀精。就是它害我到现在还抱不上孙子！”

迟钝的我和老公面面相觑。我们早就商量好再奋斗 5 年，把这套小公寓换成大点的房，多攒一点育儿基金再生孩子，没想到害惨了 wifi，让它成了替罪羊。从头到尾，公婆恨的都不是 wifi，而是一直想抱而抱不到的孩子。

传说说：5 个丹麦女中学生做了一个实验，在两个房间，分别放置水芹和豌豆种子。其中一个房间放置 2 台路由器，不间断运行，而另一个房间则远离 wifi 网络。12 天后，没有 wifi 的房间种子萌芽并茁壮成长；而有 wifi 的房间则种子大多数都死了。

致癌的传言，据说来自美剧《破产姐妹花》：30 年后，就让我们都等着 wifi 癌死吧。

——清华大学工程物理系电磁兼容实验室与北京一家种子专业机构联合进行了 wifi 情况下的种子发芽实验。试验用的两个房间配置了同样的光照、温度、湿度，唯一区别是其中一个有 wifi 等电磁场辐射，另一个没有。12 天的模拟实验结束，800 颗以上的中国常见植物种子，两个房间的发芽率一样。Wifi 信号并不能杀死植物。

——根据英国健康保护局估计，即使无线路由器常开，1 年产生的辐射大概也只相当于打开几十分钟手机的辐射量。

——专业人士认为，相比 2G 或 3G 的手机上网产生的辐射，wifi 的辐射会更小。而且，流量不花钱。

——当然，没事别把无线路由器放在床头或者卧室内，不用的时候关掉它省点电费。消费那么高，苍蝇也是。

——除了核泄漏现场，比看不见摸不着的辐射更有杀伤力的永远是人际关系。该搞定什么不该搞定什么，信号早就存在。

闺蜜叮嘱我吃完柚子后柚子皮都给她攒着，她家卧房刚刚翻新，柚子皮有吸附甲醛的神力，她要拿点回去放在各个角落。

这个说法早有耳闻，但是那天我突然好奇起来，最初究竟是谁发现柚子皮去甲醛有神效呢？我问闺蜜，闺蜜想了半天，摇摇头说不重要，关键是这种方法去除甲醛省钱又环保。

省钱又环保，这五个字是包治百病的狗皮膏药，直接命中红心。

早些年林光常博士走红时，赶上我表姐家里搞装修，林博士在电视里讲他家的房子底下都铺了一层木炭，并宣称木炭这个东西是块宝，能妥妥吸附各种有害物质。

表姐坐不住了，她找来装修师傅，强烈要求效仿林博士在自己家地板下也铺一层木炭。

这个建议因为难度系数颇大被装修师傅否决，表姐不甘心地发挥主观能动性，拉着表姐夫去买来几十斤木炭，每个房间

摆上几盆，又买来几十盒据说吸附甲醛能力是普通木炭 10 倍的竹炭，每个柜子里塞上几盒。

后来表姐又听说绿茶也能吸收甲醛，于是从茶叶市场批发来一大包茶叶，发动全家人给她分包成一小袋一小袋，紧随竹炭在家里大大小小的抽屉中落了户。

自从家里堆满了这些法宝之后，表姐的新房还没晾超过三个月就喜气洋洋入住了，感觉倍好，头不痛眼不花，连身材都苗条了。

在她的榜样示范下，所有分到了以上法宝的人都感觉身体素质得到了明显提升，连经常鼻炎发作的我妈妈也认为，现在呼吸顺畅多了。

没想到养生达人林博士锒铛入狱，绘声绘色的养生观点证实是谣言。表姐得知真相后，哭着给我打来电话：怎么办，我觉得整个世界都是甲醛味。

谣言粉碎机

——柚子皮中含有较多水分，会促进环境中空气湿度的增加，更不利于甲醛的挥发。事实上，无论是柚子皮、橙子皮还是茶叶，它们唯一能做的事情就是用自己的气味掩盖住甲醛等气体的味道，从而达到掩耳盗铃的境界。

——吸收还是释放，木炭君其实傻傻分不清楚。就像水能渗透进沙子一样，炭中有很多大小以微米计算的微孔结构，甲醛可以渗透进炭的孔道里。但是甲醛被炭吸收以后，并没有什么特殊的机制能锁住这些气体。假如室内湿度增大，水分还会把甲醛挤兑出去。

——关于去甲醛，装修后开窗通风最好半年以上再入住，是保险之道。



自来水含氯致癌

来源：网络

宣武医院齐教授透露，蒸食物请一定要用开水，或是过滤过的水。否则自来水中的氯会因高温蒸发，全部包覆在食物上，有致癌的危险。

她爱的不是科普，而是众星捧月的过程。

学好数理化 走遍天下都不怕

时晴 32岁 上海 服装批发商

小姨是公务员，工作清闲，自动肩负起一项重任：从网络上寻找最新的生活小贴士，然后在 QQ 转发，或者微博上 @ 我们。如果哪一条微博没有及时点赞，都能接到她忧心忡忡的连环夺命 call。

前些日子，不知道谁发布消息说宣武医院的齐教授号召蒸食物一定要用过滤后的水，否则自来水里的氯会入侵食物，吃了就致癌。小姨毅然花掉大半个月工资买回来一台 40 多斤重的净水器。

光喝也就算了，因为听说氯无孔不入，接触皮肤直接导致人类短寿三十年，小姨甚至主张冲凉也要用过滤水。每到晚上他们一家人就要排队等洗澡水，为了保证水质，她要求先开水龙头放水 15 分钟，然后等机器制水 5 分钟。夏天家里人每天晚上的时间都耗在等洗澡水上了。每月的水费看得姨夫血压飙升。

我特意去网上查了资料，氯这东西至今还跟咖啡因一样，致不致癌谁也不清楚。别说国家规定自来水的氯含量远远低于危险值，就算真超标，蒸东西

的时候，也会自动分解成离子、酸根和氧气，没有一样是能谋害健康的。

我对小姨科普完毕，小姨惊讶万分地表示上当受骗了，但是转天我去她微博一看，并没有删掉。

我有点理解，毕竟这条的转发量是她之前发的那些微博的好几倍（以个位数为基础）。

为了试试小姨究竟是热爱生活还是热爱转发，光棍节那天我试着模仿砖家的语气，编造了一条微博 @ 小姨：“青山医院著名营养学教授卜存再提醒，大家不要炒含水量高的蔬菜。当水分在高温下，就会分解成氧气和氢气。氢气遇明火会爆炸！氧气会助燃的！为了大家的安全，请尽快转给你关心的人。”

万万没想到，小姨真的立刻转发，还打电话来感谢我：“晴晴，多亏你提醒，太可怕了。”

砖家原来这么好当！

幸好，以小姨的影响力，我编造的这条微博转发量绝对不会超过 500 条，绝不担心犯法。

宣武医院官方微博辟谣：本医院无此“齐教授”，任何非宣武医院官方微博发布的信息均不代表宣武医院观点。

云无心（科普作家）辟谣：氯的危险值是每升 5 毫克，远远高出国标规定值。加上水中氯含量一超过每升 2 毫克，就能闻到漂白水味，国家检测加入肉检测，想氯中毒也很难。

专家李群（江苏人民医院营养科主任）辟谣：从没见过因过度摄入自来水氯元素致病患者。氯还是人体必不可少的一项元素之一，过少摄入甚至会引起人体水电解质紊乱。

1. 购物小票致癌的传说

致癌杀手就在身边。美国环保组织环境工作组 (EWG) 研究发现，购物收据或自动柜员机打印的单据都含有有毒化学物质双酚 A，毒性堪比砒霜鹤顶红。即使只是接触收据，双酚 A 也能经由皮肤进入人体，长期接触会严重扰乱人体激素分泌，甚至可能致癌。

——空气中也能检测出微量的双酚 A。我们是不是也不要呼吸了呢？

——双酚 A 存在于婴儿玩具、奶瓶和食品罐的内衬。即使不相信我国的相关部门，美国食品和药物管理局 (FDA) 的话总该能相信吧。他们表示，目前没有直接证据表明双酚 A 会对婴幼儿健康造成危害，建议采取行动减少它在“食品中”的使用。爱吃购物小票的人类请注意了，不爱吃的可以不注意。

——某些化学物质在极大剂量下才会产生毒性。人们在日常生活中接触的双酚 A，离产生毒性的警戒线非常远。

——如果实在害怕，想防患于未然，平时接触小票后勤洗手；出汗时或手上有伤口时尽量避免接触购物小票——放进兜里或购物袋里就行了。

让脑洞开一会儿：不拿购物小票就不能去开发票，不开发票……我们似乎明白了点什么。

题外话：集齐一万张购物小票可以召唤鹤顶红吗？

2. 剃腋毛会导致乳腺癌的传说

腋毛十分重要，能排汗排毒，如果刮掉腋毛，毒素都储存在淋巴结里，乳腺癌就是这么来的。男人为什么不得乳腺癌？因为他们从来不用刮腋毛。

——谁说男人不得乳腺癌了？百度一下，知道真相只需要几分钟而已。

——淋巴结明明归免疫系统管，什么时候有了藏毒的功能？

——重庆第三人民医院内分泌科主任王红漫说：人体毒素的分解主要在肝脏完成，随着尿液、肠道排出，跟排汗无关。

——汗腺遍布全身，跟是否刮腋毛没有任何关系。

——刮不刮腋毛这种事，交给个人审美决定挺好，非要扯到科学，科学没有这么闲好吗？

“经期洗头易患癌、坐月子洗头一身病”；“阿桑、梅艳芳的患癌死去是因为经期洗头致使应该排出的污血未排净而残留，长久累积而致癌。”

流言起因：从妈妈的妈妈传给妈妈，再从妈妈传给我们，口耳相传，绵延不绝。有了微博之后，“经期不能洗头”更是如月经一般，月月有，月月红。

——有妇科医生吐槽总收到私信问经期洗头问题，每次解释都是回复兼开贴公告说“不影响”，每次还是有人问。这真是：你和妹子讲科学，妹子和你讲经验，经验很扯淡，科学无人管。大概，生物课是体育老师教的吧？

——经血并不是污血，是人体正常血液周期性排出。经血一旦产生就会排出体外，而不是“残”在里面憋成内伤。生理期间用温水洗头且用吹风机快速吹干，就避免了受凉和冷热交替的情况，对健康是完全没有影响的。

友情提示，想远离妇科可怕的癌症？告别肥胖，安全做爱，定期检查，有病求诊才是防癌王道。

3. 经期洗头易患癌传言

4. 转基因食品传言

传言 1. 紧急通知！大家到超市一定要认真看清楚。条形码以“8”开头的都是转基因食品！无论专家怎么鼓吹转基因无害，请大家看看都什么人就不吃了！切记！一、美国人绝不吃；二、欧盟绝对禁止；三、中国官员特供食品系统严禁；四、世博会严禁；五、亚运会严禁；六、非洲人饿死也不进口转基因；七、大运会严禁；八、俄罗斯证实转基因食品使动物三代就绝种；九、农业部幼儿园禁止；十、财政部食堂禁止。

——美国人不吃？想把转基因踢出地球的心情可以理解，但是把研发转基因最厉害的美国孟山都公司开除国籍那就不是我们能擅自做主的了。

——哪位饿死的非洲人托梦告诉这位段子手说自己绝对不吃转基因的？现场有翻译吗？确定翻译没出错吗？

——财政部的家长们气晕，为什么我们的幼儿园不禁止？

——农业部的员工同样气晕，为什么我们的食堂不禁止？

传言 2. 买进口水果看清标签：8 开头 5 位码是转基因产品不要买，进口水果上所贴的标签称作 PLU 码，它所用的四位码一般以“3”和“4”开头，代表这个农作物是用传统方法种植；（是好的！）如果是五位码，而且以“9”打头，则表明是有机农产品；（最好的！）如果以“8”开头，则是转基因食品。（最毒！）

——进口水果生意商表示，进口水果上贴的 PLU 码，由四位数字组成的四位数代码代表普通的水果和蔬菜；如果是五位数的话，特别是前面有加“8”或者是“9”组成的代码，的确表示它不是普通的农产品。这基本与传言相符。

——两条传言说的其实差不多是同样一件事，第一条煽情太过，反倒弄真成假。

5. 酸碱体质传言

酸性体质是万病之源，癌症只能在酸性身体中形成。日本医学博士柳泽文用实验证明 100% 的癌症患者是酸性体质。英国最佳营养协会的创始人帕特里克在他的《营养圣经》中提议：日常饮食中，应该有 80% 的碱性食物和 20% 的酸性食物。

——人体 PH 值一旦偏离，立刻就是酸中毒和碱中毒，分分钟要人命；

——短期内的特定食物根本不可能改变正常人血液的酸碱度

——没有人知道英国营养学家帕特里克斯到底什么时候在哪提的膳食建议。帕特里克斯的学说也不被主流科学和医学认可，也就是俗称的“非主流”。在衣着发型上弄弄杀马特风格惊世骇俗，在医学上搞非主流却众所推崇，发型界表示不服！

——日本医学博士柳泽文无此人。

——生活要怎么过才好？用我爸的话来说，不管多少个直销人员向我推荐他们的养生食疗，万能回复都是：多运动。

Tips:

1. 对有些人来说，复制粘贴转发各种网络传言只是一种社交手段。知道他们的心意就好，对内容不要太当真。其效果约等于：好久不见，吃了没，你也在啊，等等。

2. 为什么流言跑得比风一般的女汉子还要吸引人？科学家们说偶尔运动等于暴饮暴食，我们立刻就喜滋滋地反方向推断：太好了，暴饮暴食等于偶尔运动，那就让我们经常暴饮暴食吧！科学既枯燥又严肃，专业用语多到逼格爆棚；流言通常简单明快，比汪峰八分钟表白更感情充沛，比街头算命先生还铁口直断，张口就来，分分钟轻松上头条。

3. 做正确的事成本太高，尤其事关健康，跑步，流汗，这些词一看就让人心生不快；流言提供的解决办法通常令人愉悦：天天喝萝卜汤能抵御 PM2.5，比起带 N95 口罩、买空气净化器便宜多了。吃绿豆就能抗癌，就算把绿豆炒到九块钱一斤，也比戒酒减肥来得简单太多。谁不喜欢呢？

4. 日剧《花的懒人料理》里有一集讲减肥，总结了最受女人欢迎的减肥法三大要素：第一，闻所未闻的新奇办法，激起人们的好奇心；第二，一个貌似很有名的人的成功案例；第三，提供一个轻松的解决方案。这几乎是所有“说服力”的通行法则。假如你想说一条最容易被转载的话语，吸粉拉人气，可按照上面的三连击模式发布。格式如下：

不要再辛苦去做肉包子了（激起人们的某种情绪）！狗不理包子协会会长（权威）20 年独家研究发现，地上捡来的包子更健康！（轻松的解决方案）

5. 哲学家帕斯卡有一个关于信不信上帝存在的有趣的概率论。上帝可能存在也可能不存在。如果上帝真的存在，我信上帝，那么我会受到奖赏；如果上帝不存在，我信上帝，什么事情都不会发生；如果上帝存在我却不信他，那么我会受到惩罚；如果上帝不存在而我信上帝，什么事情都不会发生。

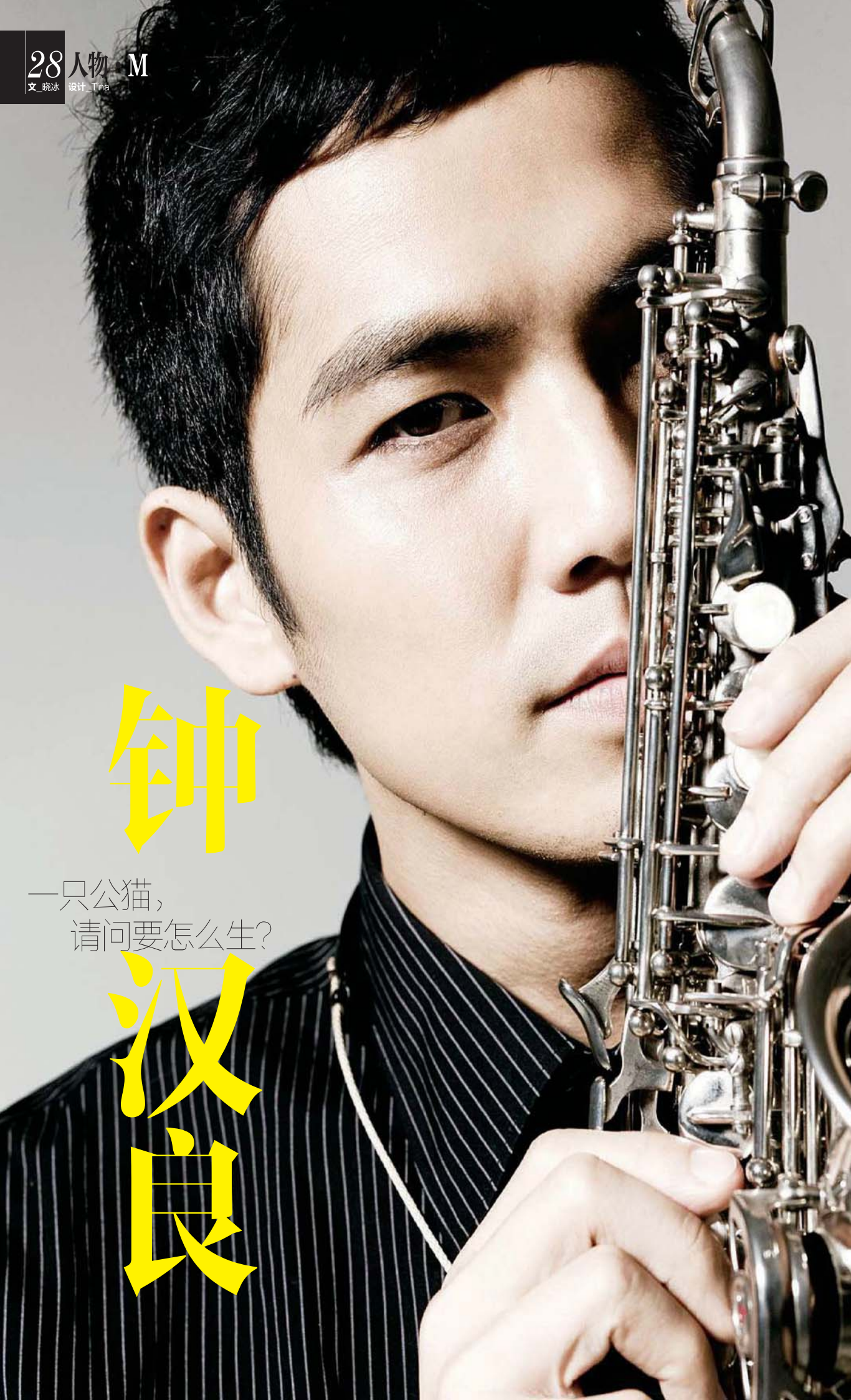
也就是说，相信的话可能受到奖赏，也可能没事；不信的话，可能没事，但可能下地狱。相比较而言，当然是去相信比较划算。

所以，万一哪天我们真的受到了流言蒙骗，没必要在真相大白后感到愚蠢至极，从概率论上来说，这是经过我们大脑计算后的聪明选择。

钟

一只公猫，
请问要怎么生？

汉良



自恋是光

1993年，香港无线台拍电视剧《少年五虎》，讲述香港著名乐队“温拿五虎”包括钟镇涛、谭咏麟等人成名前的故事。导演大胆创新，用了好几个新人当主演。创新的后果是收视率创新低，几乎垫底。

时运不济，出演少年钟镇涛的新人钟汉良有天下班开了一部二手车回家，在路上意外撞上了电线杆。

那个年代还没有手机，钟汉良杵在那儿不知道要怎么办。有眼尖的路人认出钟汉良，指着他大喊戏里的名字：“阿B（钟镇涛）啊！是阿B！阿B你怎么了？”一刹那间，路面上突然冒出好多热心人，钟汉良被指引去前面的公用电话亭打电话求救。

本来是屋漏偏逢连阴雨，但是那种被陌生人叫出名字的感觉，还是让钟汉良至今印象深刻，感觉爽死了。应该是黑历史的败绩，也隐隐透出一丝光。

学生时期钟汉良是舞蹈爱好者。对于家里唯一的男孩不去学医、学法律走正道，却喜欢跳舞这件事，作为普通上班族的父母不太能接受。钟汉良只能报名坊间舞蹈班。

教课的老师都不是专业舞者，从电视上扒拉下来明星的录像带，流行什么教什么，忽悠小朋友。但钟汉良自顾自玩得很开心。那时候草莽火得一塌糊涂，他把草莽的舞蹈学到滚瓜烂熟，没事就跑去迪斯科舞厅，只要一放歌就铆起来跳。

先锋人士一向能吸引目光，但欣赏跟取笑各占几成无法估算。钟汉良把它们一概当成是欣赏。早年间电视里放《天鹅湖》，他被一束只专注打在舞者身上的光芒惊得下巴都要掉下来，然后坚定地在心里暗想：“嗯，我要成为那样的人，我要成为王子。”

人生哪来那么多鸡血的励志，自恋才是光。

有一阵钟汉良在歌手圈混得不错，转去台湾后还小小地火了一阵，得了个外号叫小太阳，名字一度跟张信哲周华健张惠妹排在一起。那时陈晓东正开始走红，王力宏刚出道不久。

2000年到2005年，钟汉良忽然从公众视线中消失了。有传言他是为了帮朋友说话得罪了公司而被雪藏，他自己倒不怎么提那段时间，只说是沉潜期，为转型做准备。但26岁到31岁的黄金期就那么刷刷地无情过去了。

2002年，钟汉良在一部台湾偶像剧里打了一回酱油，分配给他的角色是喜欢女主角却软弱无力的暴发户二代。跟戏里四个气场爆棚的新人男主相比黯淡无光。《流星花园》红极一时，F4们唱着走调的歌也丝毫不会影响歌迷的疯狂，每一次出场每一次说话每一首歌都能激起此起彼伏的尖叫声。

世界变心很快。

钟汉良不再唱歌。他跑到大陆拍电视剧，没有一号男主角，配角、反角都演，不挑食。

演着演着，忽然有一天钟汉良在网络里红了，《逆水寒》里顶着一头泡面卷的反角，在寂寥野外的芦苇丛中，说不清究竟是美貌还是别的什么，莫名击中了许多人的心。他被知名网络社区评为“四美”之一。他接到的戏越来越多，甚至有剧本原作者点名要他出演男一号。

2013年，钟汉良获邀到大连参加活动。万达花了几千万，请李奥纳多、妮可·基德曼一众国际大牌以及国内影视红星为新影视基地开光，活生生把几个月前长满小麦的田地走出土豪金的风采。风雪过后发现自己拥有一片如此丰沃蓬盛的土壤，不能不说是一种意外之喜。但只有坚持到雪融的人才能

有这种幸运。

经常有人问钟汉良那沉寂的5年干吗去了。他说，走得太快，在等灵魂。

说灵魂太高深，不如说说罐头。罐头是在1810年发明出来的，开罐器却在1858年才被发明出来。重要的东西有时会迟来一步，无论爱情还是成功。心里没有光的人，等不到那一天。

新鲜品种

脱线，广东话里意思是说话上句不接下句，说好听一点是思维跳跃，直白点就是“没头脑”或者“发神经”。

钟汉良一贯很脱线。新戏的发布会上，主演们要用戏中的角色来介绍自己，钟汉良说：“大家好，我姓厉，叫厉胜男。”台下的人听着觉得怪怪的，半天才有的人回过神来，拜托，你演的角色叫厉南星，厉胜男是你姑姑的名字好吗？

有一次去银川拍戏，钟汉良随手拉过一个身边的工作人员，没头没脑地叮嘱：“你对这里比较熟，带新进组的人到处去逛逛吧。”

工作人员愣了愣神，反应过来后回答：“可是我也是昨天到的啊！”

钟汉良也愣了一下，然后说：“所以说你比较熟啊，你看，你比他们早来一天！”

钟汉良收养了流浪猫。在家的時候他给流浪猫狂喂食，一不小心将猫养成了壮硕的胖子。看自己家的猫跟别人家体态轻盈的猫体型差别太大，他想的不是自己喂多了，反而一厢情愿地认为猫一定是怀孕了，苦等着哪天生出一窝猫崽子来。结果左等右等都不见小猫，钟汉良坐不住带猫去找兽医，询问为什么这么久都生不下来。

兽医看了一眼，一言不发坐在那里瞪着钟汉良，满脸的表情写的是：你是来砸场子的吧？

瞪了半天，发现眼前这个人真的是无比真诚地来求答案时，兽医无奈又有点鄙视地对钟汉良说：“你们家这只是公猫，请问要怎么生？”


一个近四十岁的男人如此脱线，假如不是因为有一张看起来跟年纪不相符的帅脸，估计只能等着收获满世界的恶意。

2013年的一次演唱会后，记者采访钟汉良的时候额外增加了一个环节，让他先做了长达五页纸多达88道题的心理测试题。钟汉良做完后记者才告知，旁边就坐着一位资深心理专家。

当时网络上疯狂对比30多岁的明星们，看谁最童颜不老。39岁的钟汉良上了榜，心理专家试图用那88道题来归类——钟汉良的青春不老背后的潜因是“走不出青春期”。

然而，钟汉良做出来的结果是D——你是一个成熟的成年人，已经成功地结束了青春期。自信且自主。

心理学家只好郑重其事地巴拉巴拉说了一大堆话：“告别青春意味着自我功能的建立，能够忍受焦虑，可以很好地控制自己内在的冲动，有稳定的自信心，有爱自己爱别人的能力……”

用普通人能听懂的话来说就是，不差钱的土豪才敢一块手表戴四十年不换，急着忽悠钱的才往往要租了飞机请媳妇拎最新款名包炫富。完美男人固然不存在，不过，跟遍地内心幼稚外表却装成熟的那款男人相比，外表脱线内心成熟的男人固然有城府深、恶意卖萌之嫌，总归还是这个世界的稀有品种。

亲情

童年时因为调皮，不知道挨了老爸多少老拳。本来以为可以躲到老妈的怀里寻求庇护，不想却二次挨揍，那时候真想离家出走。1993 年我带着 18 岁的音乐梦真的要离开家了，爸爸妈妈的反应却让我感觉有点冷。他们只是把我送到家门口的公交车站，然后不等公交车来就对我说：“我们去菜场买菜了，去晚了菜就不新鲜了。”跟想象中的告别差好多！后来开往火车站的公交车走了两站，我才想起最喜欢的一本书忘记带了。于是又坐返程公交往家里赶。没想到拿着钥匙打开家门——爸爸妈妈相依正站在阳台上，对着公交车站的方向，一个默默掉眼泪，一个放声号啕。我并不是一个高调的人，但却愿意把老爸老妈带到人前，跟他们一起回老家，只为让他们为我感到骄傲。

多年前我在《流星花园》中演过一个小角色，这部戏后来在整个亚洲都很火，很多人后来问我有没觉得遗憾，如果当年我演了“F4”，说不定会早红很多年，不用经历中间的这些事情。但是对我来说其实那时候只有一种享乐的感觉，在台湾拍戏的地方就在海边，每天都是开车去穿着潜水衣潜水，真的特别好玩。我和大 S 是同期出道的，那时候我们其实都不算新人了，只有 F4 是找的 4 个完全陌生的人去演。可能也是因为这样，才会有轰动效果，换作是我去演的话，说不定就不会是这个结果了，所以真的没有办法回头想太多，也没有办法假设。

流星花园

一定要问不显老这件事情，可能是因为长期吃素，注重饮食健康，心态相对乐观吧。我很喜欢笑，更愿意看到别人一起笑。生活中当然有苦难，有伤心，可是只要能笑着面对就什么困难都没有了。我不想把事情看得很悲观，既然已经遇到了，难过有什么用呢？这也许跟我妈妈的影响有关，她就是个很热情很积极的人，再多的困难也会笑着面对。我想像她那样，这样才能注意到人生的美好之处，这可能就是传说中的相由心生吧。

相由心生

友情

在这个圈子里，林志颖应该算是我志同道合的朋友。我们两个的性格其实很不一样，他很喜欢呼朋唤友，会打电话一天到晚邀请人，有很多的精力。去赛车、去吃饭、去聚会，都很享受也很活跃。我正好是个很闷的人，不爱出门也不擅长交朋友，但是我们为什么会有这么多互动，我想是因为我们有一个一样的背景，我们都是很小的时候出道，用同样的方式去工作，然后也都经历了一些高高低低，经历过转型的困难，这种相似的成长让我们有很多对得上的地方。我觉得真正的好朋友就是那种，哪怕我做很无聊的事情，也会陪着我，我觉得随心所欲是最难的境界。愿意陪着我随心所欲的，就是好朋友吧。

内地的朋友熟悉我应该是从大量的古装戏开始的吧。为了拍好古装戏，我会看很多古典名著，四大名著我都有看过，其中最喜歡《红楼梦》，看得最多。阅读是我一直很喜欢的事情，可以补充很多遥远的常识和生疏的知识，对演员拍戏也有好处。

在片场我会利用拍戏的间歇时间背背唐诗，我不喜欢在片场玩手机打游戏或者使用其他电子产品，总觉得那会破坏掉片场的气氛，一群穿着古装的人拿着手机，那画面实在很分裂。

阅读

Part 1 为人民服雾

2013 年持续大规模的雾霾污染范围涉及了 17 个省市自治区 1/4 的国土面积，影响人口约 6 亿。雾以吸为贵，空气净化，机器有责。

Part 2 选机有方

- ✓ 目标。使用环境、面积大小和主要净化目标要先确定；
- ✓ 好用。品牌实力、效率、耗能、耗材四项为基本评判标准；
- ✓ 好看。狭路相逢好看的胜，净化器外形不拉风，如何显摆。

十面“霾”伏，躲不开室外污染，也不能放弃整治室内污染。

空气净化器也是显摆利器

Part 3 好看机型硬碰硬



1

瑞典 Blueair AV603 铁灰色经典国际范 (¥11980)

国际高端品牌瑞典 Blueair 原装进口。内置高精医疗滤网，有效捕捉杀死空气中的病菌和过敏源，并通过化学反应把室内有害气体转变成二氧化碳和水。

适用面积 ≤ 60m²，人流较多的客厅和油烟过重的厨房的好选择；净重 ≈ 16kg，推荐产品中最重的，带轮子的贴心设计很方便移动；

洁净空气量 ≥ 810m³/h，为一般净化机的 4 倍；耗电量 ≤ 90w/h，全天使用不过耗电 2.1 度；

电机寿命长达 5 年，耗材不大。

一分钱一分货，Blueair 以高性能证明自己贵得值得。

女王大人有了身后患得患失，总担心宝宝不健康。上个月女王有令，要求配备空气净化器，我赶紧展开研究，最后锁定纯正欧洲血统的 Blueair。用了以后，女王呼吸都舒心了，我总算能喘口气。（家庭煮男）



2

夏普 KC-WB6-W 古德白简约时尚风 (¥5499)

夏普净化器的完美升级版。独家“净离子群”空间净化技术，五重滤网 99% 去除 PM2.5 异味、甲醛、苯、二手烟、病菌等。特有湿度传感器，将湿度控制在人体适宜的 60% 以内。

适用面积 ≤ 61m²，净化加湿二合一，超适合干燥的秋冬天使用；

净重 ≈ 11kg，比第一款轻，底部没有轮子，挪动不方便；

洁净空气量 ≈ 405m³/h，为一般净化机的 2 倍；

耗电量 = 57w/h，全天使用不过耗电 1.4 度；

滤网 10 年寿命，很好很强大。价格略高，贵在技术。

没有加湿器的公主病，可以直接加自来水很赞。权当买了个加湿器还带了空气净化效果。老公说我这是本末倒置。我就喜欢，不行吗？(ha7)



3

飞利浦 AC4076 土豪金酷炫狂霸拽 (¥4799)

年度最火土豪金。内置多重过滤网 99% 除甲醛、苯、烟味及可过滤细菌。能智能监测并通过 4 级指示灯显示室内空气质量，蓝色最佳红色最差，并自动运转，进行净化工作。

适用面积 ≤ 55m²，超静音适合卧室，送人也体面气派；

净重 ≈ 7.4kg，没有轮子，但轻薄，移动不困难；

洁净空气量 ≤ 300m³/h，一般净化机性能；

耗电量 = 47w/h，全天使用不过耗电 1.1 度；

耗材太贵了，平均 3 个月要更换一次滤芯。

性能较普通，卖的就是显摆。

飞利浦净化器很灵敏，我们家猫猫狗狗一走过马上就变红。这些日子北京大雾，这机器更是从早到晚杀红了眼——说明空气质量奇差无比，它正加强过滤。(yoyo)



4

奥得奥 ADA768 迷你太阳能净化器 (¥1303)

全球目前唯一一款智能型太阳能空气净化器。全自动感应，强效杀菌净化汽车尾气污染。

190 × 135 × 45mm，比 Mini Pad 略小略厚，差不多一样重，携带方便；

适用面积 ≤ 20m²，一般用于车载，雾霾恐惧者想带它一起去华北出差也行；

洁净空气量 ≤ 7.5m³/h，弱爆了；

洁净空气量配不上这个价格。胜在太阳能蓄电供能，耗电基本为零，还是挺爽的。

为了你的奥迪，我的迪奥，我们孩子的奥利奥，还有我们家的奥得奥，老公要赶快赚钱了。（主妇爱搞笑）

玉墨之后再无倪妮

最

近倪妮的新片《我们要好好的》上映了，虽说票房成绩不赖，而倪妮在其中的表现也可圈可点，但这些消息全都没能盖过她出道时的风头，至少在不少男人心中，她始终是《金陵十三钗》中那个风情万种的玉墨。

这一点原本是用不着奇怪的，因为相比起来，或许没有哪种女人能比妓女更熟谙如何去吸引一个男人了。作为一种买卖，这种吸引是如此地直接，一分价钱一分货，第一眼便要唤起男人体内的渴望，容不下半点的拖泥带水或惺惺作态。

然而吸引男人的究竟是什么呢？容貌和身体吗？的确，水桶腰和橘皮脸当然是卖不出好价钱的，但换作了水蛇腰和桃花面就一定很抢手吗？恐怕也不尽然。

在礼防甚严的古代，男人家中的正室不得不始终保有端淑的姿态，女人的性感撩人往往只能在欢场中绽放。然而如今，女人们不必在胸部缠绕绷带来躲避男人灼热的视线，相反，打开电视或网页，长腿大波已是随处可见，但这并没有增加女人的光彩，反倒令她们变得廉价。

这时，玉墨的出现及时地提醒了人们，风情与色情之间，原本存在着天壤之别。媚眼如丝并不纯然只是一个妆容的效果，而旗袍也不是仅靠身材就可以穿得如此自然。袒胸露乳之辈纵然可以勾引男人，但却绝对成不了秦淮河边的头牌。

其实，熟读古诗的人早就明白，玉体横陈从来都是糜烂，香囊暗解、罗带轻分才是最销魂的姿态。女人的风尘气质，对男人来说诚然是一种致命的诱惑，但这种诱惑却绝不只是一种谄媚，相反，风情是一个女人最有杀伤力的武器。

说起来，欢场的教益从来都比其他地方来得残酷而深刻，最有经验的老鸨会懂得，皮肉光鲜只能满足一时之欢愉，但却留不住长客，因此例数古代十大名妓，无一不是琴棋书画集于一身。但切莫以为，风情指的就是某种“技能”，因为说到技能，如今的职场女性绝不会感到陌生，她们甚至练就了与男人一样的钢铁神经和冷峻外形。可这并没有令她们更受青睐，相反，说到底，男人还是宁愿选择胸大无脑的类型。

或许相比起才艺来说，欢场更重要的收获是人生

阅历。玉墨这样的女人，不会像乖乖女那样对男人的轻薄惊慌失措，也不会像拜金女那样赏给弱势群体以轻蔑的表情。她最在意的是温度而不是言辞，她最慢的是浮华与虚伪。她没有世俗的节操可守，但因此她清亮的眼神直指人心。

反倒是在这样的女人面前，资本和技术暴露出了它的不自信，说得简单一点就是，男人们觉得，仅靠豪宅名车或寻常伎俩恐怕是搞不定玉墨们的。但也出于同样的原因，玉墨们激励起了男人们失落已久的雄心，打算使出浑身解数来征服面前的女人。

风情的女人并不热衷于与男人竞争，相反，对于真正有实力的男人来说，她们倒是最佳的助手和知己。玉墨绝不会像喵喵那样，有着病态般的占有欲，因为歇斯底里般的作女只是让小男人们感觉荣宠（当然同时也是负担和折磨），而在至今流传的故事中，玉墨们则一向是于不得志时慧眼识英才，于展宏图时转身如浮云。

她们不介意成为男人意淫的对象，但却从不参与其中为其增色；她们成就了心属的男人，但也谅解了他们的负心薄幸，甚至，同时也宽容了来自于同性的怨毒，不惜去照料那些意图伤害她的人们，因此，不仅仅是对于男人，玉墨们的风范也为年轻的女孩子们所倾慕。

说一句毫不偏激的话，风情意味着一个女人的完整，意味着在原本朝向男人的维度上有着一种向内的体验，她们朝那里一站就是一道风景，而面对这道风景，再优秀的男人也不过只是一面镜子。

然而话说回来，这种富于古典意味的气质，在如今的时代显得那样地奢侈。据说张艺谋在选角时颇费周折，选中后又耗时两年来对年仅二十出头的倪妮进行“特训”，甚至还听说，剧组特地请了年长的风月人士来传授经验……这一切丝毫不会令人感到惊奇。

庆幸的是，倪妮的惊艳表现当得起玉墨这一角色，而不幸的是，这个起点太高也太难超越，或许清纯或露点更能引发如今男人们的话题。当然，对于玉墨这样的女子来说，真正在意的并不是男人，而是始终把握自己的命运。

风情意味着一个女人的完整，意味着在原本朝向男人的维度上有着一种向内的体验，她们朝那里一站就是一道风景，而面对这道风景，再优秀的男人也不过只是一面镜子。

幻想性

汪峰这句经典台词“我要让你成为世界上最幸福的女人”，因为使用的人太多了，最后就流于类似于国足那种“冲出亚洲”的空洞话语。

高于生活的表演 比生活更有煽动力

“我 要让你成为世界上最幸福的女人。”

女人经常会遭遇这种场景：男人高调地示爱，把深情和承诺展现得不留余地。这个时候，该如何表现，才既得体，又留有余地？子怡妹妹给我们做了一次完美的示范。

这一次，章子怡没有失态，也没有失礼。在汪峰艰辛地背诵完马丁·路德金式的台词之后，她没有泪流满面，也没有艳若桃李，她现场的微笑和感动都恰到好处，又有回旋的空间，微博里也没有什么回应或暗示。回想之前与犹太富商时狂秀“鸽子蛋”咄咄逼人的恨嫁，她此次的冷静和得体，不过是经历了一堆自称幸福使者的男人之后，悟出的游戏之道：不主动、不拒绝、不负责。

有网友扒出：汪峰向新晋女友郑重表情的歌曲《我如此爱你》，正是与前任小女友葛荟婕热恋时为对方所写。而葛荟婕曾在微博里连声冷笑：汪峰，我告诉你，我会写一首歌叫“我如此恨你”，我会将事实都写出来！

这个细节完全破坏了近 900 字的汪氏宣言，它让我们明白了，生命里那些最文艺最出彩的部分，后来会成为你的一个重要的情感污点，怎么也无法清洗。

所以，汪峰这番情场喊话，你可以理解为一个创作力衰竭的把妹男人的习惯动作，也可以理解为马尔克斯所说的老文青的自救：“人的衰老是从拒绝恋爱开始的。从这个意思上说，我愿意远处有一盏昏黄的孤灯，在晚风中忽明忽暗地摇曳着，让我在朗朗的月光下，在幽暗

的树林里轻吟一个人的名字，让我这个经历过沟沟坎坎、心态渐老的人误以为人生的黄昏落日离自己还很遥远。”这也是一生艳事不断的渡边淳一的选择：“过与年龄不符的人生。”

男人们热衷富有形式感的爱情，不是他们享受这个过程，是所有高于生活的表演，都比生活更有煽动力。就像顾城自私得连儿子吃个鸡蛋都心疼，但给谢烨的情书字字诛心。而汪峰这句经典台词“我要让你成为世界上最幸福的女人”，因为使用的人太多了，最后就流于类似于国足那种“冲出亚洲”的空洞话语。

这更像是男人发起的一次情感催眠，就如崔健那个著名的隐喻：那天是你用一块红布，蒙住我双眼也蒙住了天，你问我看见了什么，我说我看见了幸福。

男人手上都有这么一块红布。所以，那些被蒙住双眼的女人，以为自己真的占山为王了，有一段时间，她们的微信、微博里全是她幸福的信息，还拼命地 @ 闺蜜们。但当有一天，当红布撤去，真相水落石出，她成为新的流寇，她要做的第一件事，就是拼命处理这些幸福的死尸。

所以，汪峰这种催眠大师，即使有众所周知的，“一生积累的名望、地位与财富”加上“默默恒久的爱”，但当他扬言“我要让你成为世界上最幸福的女人”时，阅人无数的章子怡这一回，终于沉住气了。

铁打的情戏流水的角，新晋的女一号，当然不必过于矜持，只是，也不必过于投入。而怎么配合，有时取决于，你已换过几茬男主角。

男人帮



舒黎明

女报资深编辑

关心一切与女同胞幸福有关的大道理、小八卦，坚持认为故事是人类尤其是女性人类进步最好的阶梯。

第三套房带不来 第四个奇迹

第一个奇迹：心想事成

王菲跟李亚鹏离婚是为了在北京买二套房，那是冷笑话；身家几千多万的经贸公司老总张沛显想跟妻子江之莉离婚好在北京买第三套房，却情真意切。从2012年5月到8月，张沛显沉醉在对第三套房的渴望中不能自拔。

张沛显兴奋地告诉妻子：“上次一起吃饭的刘总你记得吗？他是做房地产的，答应给我8折的价格买精装房，能省100多万。现在股市不能碰，钱存银行又贬值，只有房子能升值，机会难得！”

张沛显又懊恼地感叹：“当初我们怎么就光想着扩展公司业务了呢？多买几套房就好了，比做生意利润高多了。”

40岁的张沛显和38岁的江之莉是大学同学，1998年结婚后两个人过得风生水起。张沛显生意越做越大，江之莉辞职做全职太太，每天除了去私立学校接送儿子就是血拼美容。他们早早在亚运村、东四环各买了一套房子，随着北京房价持续走高，两套房子的价格早就翻了近十倍。而他们苦心经营的公司规模不过扩大了三倍多而已。张沛显经常提起他的一个香港供货商，三年前把工厂卖了专心在各地炒楼，每年轻轻松松，赚得不比开工厂少。

可惜国家出台了限购政策：已经拥有两套房产、具有北京户口的居民，不允许再购买第三套房产。一段时间内，张沛显和江之莉尽量保持心如止水。但是天降的打折消息让张沛显热血沸腾了。他劝妻子：“上有政策下有对策，那么多夫妻都办理假离婚买房。办个离婚证不费事，也花不了几个钱。轻轻松松省100多万，以后房子还能升值。”

他又向犹犹豫豫的妻子保证：“现在的两套房，写你名字的大房子归你，写我名字的小房子归我。第三套房写上我俩的名字，不管发生什么事你都不会亏。”

可是不管张沛显打多少鸡血，江之莉总是摇头：“算了吧。根本就没有假离婚这一回事，只要办了离婚手续，就是真离婚。”

飞来横财、天降奇缘、失散多年的姐妹喜重逢……事情本身并不能决定它自己的走向，只有人可以。





张沛显很扫兴：“我这么做都是为了咱们家，为了咱们儿子。你怎么就不能理解我呢。”

妻子的不配合给张沛显泼了一盆冷水。他沮丧，焦虑，烦躁，心神不宁，整天念叨着房子要被别人买走了。时间一天天过去，他开始跟江之莉吵架，当着孩子的面也毫不顾忌：“你这个女人蠢啊，这么好的机会都放过了，那真是天下头号傻瓜。以后儿子也会恨你的！”

鬼使神差地，张沛显的愤怒反倒让江之莉下定了绝不假离婚的决心：“你现在已经这么不高兴了，要是真离了，肯定不会复婚。”

张沛显快被气疯了。为了逼妻子改变主意，他干脆搬出去住。

也许是念念不忘必有回响吧。2012年7月底，张沛显找一个生意场上的朋友谈事。两个人聊完后朋友去洗手间，这时门口有人敲门。张沛显抬头一看，是江之莉。

“你怎么跑到这儿来了，还换了这么个发型？”

“江之莉”愣了一会儿，说：“对不起，您是杨总的朋友吗？我不认识您啊。”

张沛显也愣了。明明就是江之莉，只是她换那么土的发型，穿那么蹩脚的套装到朋友公司干什么呢？

这时朋友回来了，对站在门口的“江之莉”说：“小胡，找我有事吗？”

张沛显盯着那个叫小胡的女人让朋友签字然后离开，终于意识到，她不是妻子，只是跟妻子长得很像。

不，不只是像，简直是一模一样。连老公都会认错，更何况离婚登记处的人呢？

张沛显开心地笑了。朋友问：“这么乐，中大奖了？”

张沛显说：“我想到一件事，比中了大奖还高兴。”

态：债主天天上门讨债，扬言不还钱就砍掉丈夫一条腿；老家的父亲又生病住院，急需一笔钱做手术……

接到杨总朋友的电话，胡晓娟什么也没顾上想就赶去了咖啡厅。刚坐下，张总就亲切地跟她拉家常：“听杨总说你很能干啊，不过家里条件不太好？”

胡晓娟说：“是的，我家里穷，所以，我更要好好珍惜这份工作，父母和弟弟都靠我了。”

张沛显说：“太伟大了。我知道你很需要钱，如果你肯帮个忙，我可以给你10万元报酬。”

10万元！胡晓娟以为自己听错了。张总又重复了一遍：“没错，10万！”

胡晓娟非常兴奋：“什么忙？只要我能帮得上。”

张沛显说：“我辛辛苦苦在外面打拼挣钱，我妻子却在外面找小白脸。我多次提出离婚，她为了钱就是不肯。我们已经分居多年。去年我认识了一个很好的女孩，现在她怀孕了。所以我必须办离婚。你和我妻子长得非常像，我想请你冒充我妻子去民政局。”

胡晓娟盯着张总，很矛盾。她知道张总在撒谎，请人捉奸小白脸然后提出离婚还不容易吗？而且冒充他人离婚肯定违法，万一被民政局工作人员看出来怎么办？

但是一想到10万元，想到丈夫，想到病床上的老父，胡晓娟最终还是对张沛显点了头。

2012年8月9日，按照约定，胡晓娟跟张沛显到了民政局。进门之前她忐忑不安，担心露馅。不过，看到张沛显准备好的各种相关资料后，她心中的石头落了地。同时，另一个疑问浮上她心头。她悄悄对张沛显说：我们怎么长得那么像呢？简直一模一样啊。

负责为他们办理离婚手续的工作人员认真地逐一核对资料，完全没有发现任何异常。对于工作人员的问题，两个人也早就对好了台词，顺利过关。

很快，胡晓娟的账户多了10万元钱，既保住了她丈夫的腿，也挽救了病床上老父的命。

第二个奇迹：天降横财

38岁的胡晓娟没想到自己也能中大奖。

胡晓娟的运气一向很糟，江西鄱阳的穷三代，父母有病，弟弟身患残疾，高中毕业后她便开始打工养家。年轻时胡晓娟也曾有梦，一边工作一边参加成人高考，拿到大专学历，从流水线上的工人变为公司的职员。但是婚姻生活几乎掐灭了她的最后一点希望。

2000年胡晓娟与老乡马卫军结婚，日子本来过得还不错，丈夫在一家物流公司做库管，她也成为公司的得力老员工，每个月夫妻俩除了养女儿还能攒下几千块钱。谁知丈夫这两年染上了赌瘾，经常欠赌债，家里的积蓄全被输光不说，2012年6月，丈夫又欠下了近6万元的赌债。

天上掉馅饼之前，胡晓娟正处于焦头烂额的状态。

第三个奇迹：久别重逢

张沛显的奇遇，胡晓娟的幸运，汇聚到江之莉那里，成了晴天霹雳。

张沛显一直没回家，江之莉觉得他只是在赌气。9月初小学开学，儿子嚷着一定要爸爸送。江之莉觉得是个缓和关系的好机会，去了丈夫名下东四环的那套房找他。

东四环的房租约7月份到期，正好是张沛显搬出去的时间，江之莉一直以为丈夫住在那儿。可是到了那儿一按门铃，答话的依然是以前的租户。

那么，这段时间丈夫住哪儿？江之莉心头升起一丝不祥的预感。她把车开到丈夫位于东三环的公司，本想直接上楼。但是突然间她多了个心眼，没上楼，而是悄悄守在公司外面。

晚八点左右，张沛显的奔驰从地库出来，江之莉悄悄开车跟上。张沛显先去了一家养生会所，接上了一个年轻漂亮的女孩，然后把车开到了望京的一个小区。

那个小区江之莉熟得不能再熟，就是张沛显说过能买到便宜房的那个小区。

答案呼之欲出，江之莉仍不愿相信，抱着最后一线希望跟踪他们开车进了小区。看到他们下车上了2号楼后，她跑去对保安说：“您好！我刚才跟侄女一起开车进来的，我不记得她家究竟是几零几，手机又放他们车上了。”

她考究的衣着和打扮让保安毫不怀疑地告诉她：“噢，他们住902。”

江之莉敲开902号的房门，张沛显开的门。看到她张沛显有些慌乱：“你、你怎么来了？”女孩听到动静也走了出来，问：“谁啊？”

江之莉说：“我是他妻子，你是谁？”

女孩很吃惊：“你怎么还有一个妻子？我才是你妻子啊。”

张沛显赶紧说：“她是我前妻。”

江之莉气疯了：“我怎么成了你的前妻？”张沛显不慌不忙地回屋拿出了离婚证：“我们已经离婚了，你当然是我的前妻了。”

江之莉一把抢过离婚证，懵了：“这、这是怎么回事？”

“咱们一起去办的离婚证，你在这装什么失忆呢？你要实在不记得，去民政局一查不就知道了，要不要我陪你去一趟？我和她已经结婚了，希望你以后不要再来打扰我们。”

江之莉极度震惊，但没有哭闹。她很快抓住了事情的关键：张沛显太胸有成竹了，说明离婚证是真的。不管谴责还是惩罚张沛显，首先必须解决关于离婚证的疑问。

第二天一大早江之莉赶去了民政局。民政局相关负责人还记得那天的情景：“绝对不会记错，就是你来办的离婚证。那天我还琢磨：两个人看着关系挺好的，女方大眼睛、高鼻梁多漂亮啊，干吗非要离婚呢？”

江之莉当然不知道胡晓娟的存在。郁闷的她只好去请教律师。

律师告诉江之莉：唯一的办法就是收集相关证据，证明民政局给她办理离婚手续时到场的根本不是她，要求撤销离婚证。

江之莉也即将遇到一个别人一生也遇不到的奇迹。

几天后的一天早上，江之莉走出小区大门，迎面看见一个极其面熟的女人。她愣了好一阵才回过神来：那不是我自己吗？

对方显然也惊呆了。连旁边的保安都惊呆了。两个女人不但五官像，神情也一模一样。

那人是胡晓娟。

胡晓娟把自己冒名顶替办理离婚证的事情告诉了江之莉。真相大白，江之莉被枕边人的演技和用心险恶给惊呆了。她当然也恨胡晓娟为了区区10万助纣为虐，但胡晓娟一个劲儿地诚心道歉，江之莉也心软了：“算了，真正有错的是姓张的，你也是为了家里人。”

“家里人……”胡晓娟迟疑地说，“其实我想问问，你的生日是不是1974年5月22日？”

江之莉愣了：“你怎么知道我生日？”

“我也是那一天生日。我是江西人，鄱阳的。你呢？”

江之莉更吃惊：“我老家也在江西，我是南昌人。”

“你很可能就是我的双胞胎姐姐啊！”胡晓娟异常激动。

小时候胡晓娟总有一个莫名的幻想：她有个双胞胎姐姐，身体不太好。家里太穷，实在没钱给姐姐看病，只好送了人。因为亲友间从没人提起，胡晓娟以为那是小孩子看了故事书后天马行空的幻想，渐渐也就忘了。那天在民政局，偶然看见江之莉的资料，籍贯写的也是江西，她这才想到，自己那个幻想也许并不是没来由的。

父亲出院后她特意打电话问起此事。起初父母还支支吾吾，后来才说，她确实有个双胞胎姐姐，通过亲戚送给了南昌的一户人家。双方约定保密，所以

只知道对方可能姓蒋或江。

江之莉也惊呆了。从小她就纳闷，自己为什么既不像父亲也不像母亲。没想到上天竟然安排她离开而后经过三十多年才与双胞胎妹妹重逢！

第四个……不好意思，没有奇迹

双胞胎姐妹重逢，抱头痛哭，胡晓娟再次道歉：“姐，对不起，是我害了你。”江之莉为妹妹擦去眼泪说：“不怪你，都怪那个无情无义的男人。”

姐妹俩一起痛骂了一顿张沛显。江之莉彻底看透了张沛显阴险虚伪小人的本质，再也不想跟他过了，但也不想便宜了他。她给张沛显打电话，让他到家里来一趟。

张沛显一进屋，看到江之莉和胡晓娟双双站在他面前，惊呆了：“你、你们怎么在一起？”

听完事情的经过，得知自己竟然让一对失散三十多年的姐妹重新聚首，成为无法离间的对手，张沛显顿时蔫了：“你们想怎么样？”

江之莉提出：东四环那套房转给她，另外她还要现金500万，胡晓娟要200万。

张沛显手头没那么多现金，但他既不想坐牢，也不想失去新妻嫩子。

胡晓娟也对江之莉隐瞒了一些情况。确认江之莉是姐姐前，她曾找张沛显借钱。当时她丈夫再次欠下巨额赌债。她想找张沛显借10万元。张沛显不但没答应，反而警告她：再骚扰就告你敲诈！把她气得要命。确认江之莉是姐姐并且得知那场离婚牵涉的金额后，她知道自己找到了一条康庄大道。

巨额赔偿金就是胡晓娟提出来的。江之莉为儿子着想，不想把事情闹得太大，本来只想要那套房加公司的部分股份，但胡晓娟不断用张沛显的恶事刺激姐姐，坚定姐姐惩罚张沛显到底的决心。每次江之莉想算了的时候，胡晓娟便出来给她打气。

双方相持到2013年1月6日上午，焦虑了好几个月的张沛显发短信给江之莉，同意给钱。只是希望金额上能再谈一谈。他在河北出差，晚上7点左右能回到北京江之莉那儿。

不过那天生意谈得很顺利，下午五点多张沛显提前回了北京。他有以前那个家的钥匙，直接去了江之莉的住处。

江之莉不在家。张沛显跑去书房准备眯一会儿，这时大门处传来说话声。江之莉和胡晓娟回来了。胡晓娟非常兴奋：“姐，他真准备赔钱啦？”江之莉声音比较低沉，不太开心：“他想谈低一点。你放心，少不了你那一份。”

胡晓娟叽叽喳喳说了一会儿后，大概是感受到姐姐的心情不太好，说：“我知道你想要的不是钱，而是恨这个人。不着急，等他把钱给了，咱们一样可以去告发他。我就是人证。”

江之莉说：“我确实非常非常恨他！等钱到手，我还是要告他！”


紧张、不甘了好几个月的张沛显听到这几句话抓狂了。他答应了那么高的赔偿金就是想私了，没想到两个人还是想搞死他，他又怒又恼，抓起书房里的冰球棍，冲到沙发背后，猛地往两个人头上敲去。

江之莉和胡晓娟还没来得及回头便双双倒在了血泊之中。

两天后张沛显被警方抓获。2013年8月，张沛显因涉嫌故意杀人罪被北京检察院提起公诉。此时，距离奇迹降临到他头上还不满1年1个月；

江之莉死于2013年1月6日下午的袭击中；当时，距离她和双胞胎妹妹意外重逢不过3个月；

胡晓娟经抢救后保住了性命，但一直处于昏迷中。此时，距离天降横财以及康庄大道也不过一年多。

无论是什么奇迹，最终决定事情走向的，是人。

（未经作者同意，严禁上网及任何形式的转载、网摘等，否则追究法律责任。）

2014 征订开始啦!!

《深港新7天》是女报杂志社于2008年推出的周刊。本刊由深圳市消费者委员会主管主办，女报杂志社承办，是深圳市唯一品质生活消费周刊。《深港新7天》于深圳300万菁英族群，连接深圳与香港两地，关注社会先导消费模式，发掘与引领消费风向。《深港新7天》经过5年发展，以鲜明的本土特色、丰富的生活资讯以及清晰的实用风格，正受到越来越多追求品质生活的深圳人喜爱。



全年48期 每期定价3元 144元/年
越早订优惠越多 订阅热线: 83140985

多

种

订

阅

方

式

邮局订阅

银行汇款订阅

网络订阅

上门订阅

深圳特区外的读者可到
当地邮局订阅
订阅代码为46-258

户名: 消费杂志社有限公司
开户行: 深圳市工行桂园支行
账号: 4000 0245 1920 0070 727

女报淘宝官方店可网上订阅
店铺名: 女报杂志
地址: <http://shop102291573.taobao.com>

深圳市内可上门订阅

我随项目老大到君悦酒店 32 层跟乙方“联络感情”，迎面走来一个特别高大、很难让人忽视的老外。目光滑过他，我被他的女伴所吸引。

跟传说中一样，老外的中国女伴通常拥有魔鬼身材，裹在价格不菲的裙子里前凸后翘，相貌则是单眼皮、高颧骨和厚嘴唇的经典组合。

实在太像吕燕了，我这么想着，对方风情万种地朝我挥手道：“Hi，伊伊！”

原来是曾经的校友兼室友葛媛媛，6 年未见，差点认不出来。

葛媛媛大方约我谈完事情去喝下午茶，我略犹豫，最终还是答应了。

6 年过去，风轻云淡，我早已想清楚葛媛媛跟我前男友的事。一个有问题的臭蛋，不能怪苍蝇多。只是对于葛媛媛，我依然心有芥蒂。或许因为她太优秀，优秀到容不下凡人的一点走神。

比她美的没她智商高

葛媛媛早在大学时代便是神级人物，创下了几个第一：第一个最早拿到四大会计师事务所 offer 的人，又是第一个拒了四大的人；第一个作为经济学院子弟成为英语口语比赛夺冠者，让外院羞愧难当；第一个将 110 斤的体重在两个月内降到 96 斤的女人；第一个从大三开始就靠自己住进白领高级公寓的人；毕业后第一个买宝马 7 系的人……

仅仅如此，她只是一个面目模糊、传说中的“别人家的孩子”。她还有个特点就是不漂亮。不过减了肥之后很有点古中国女人的韵味。男生怎么认为我不知道，但外国留学生见到她总是惊为天人。失之东隅，收之桑榆，相貌方面她总归也算是中等偏上了。

6 年前我大学毕业，男友比我大一届，当时已到纽约留学，不知从什么渠道得知葛媛媛的公寓有一间房出租，帮我付了半年的房租，信誓旦旦等研究生毕业就回来结婚。

得以近距离接触女神，我对葛媛媛满心崇敬和好奇。

崇敬总是令人愉悦。葛媛媛渐渐放下了精英范儿。有一天她告诉我，快速减肥的终极原因是为省钱。

我差点笑晕过去：“你还没毕业就有了 6 位数存款，为什么还要省钱？”

葛媛媛严肃地说：身材不好，买衣服太费钱。只能买连衣裙。低档的连衣裙容易走形，容易撞衫，看起来有城乡结合部风范。买高档连衣裙太贵，且损耗率太高——算来算去，最省钱的办法就是把体重减到 96 斤以下，塑造出比较坚实的曲线，等到香港 H&M 打折的时候，抱上一堆十几二十块的贴身莫代尔连衣裙，后面会追着一群外国人。

“你那么喜欢外国人？我觉得跟他们谈不来。”

她掰着手指头，一口气说出了交外国男友的 N 个好处。总的一句话，交外国男友是性价比最高的：

第一，带他们在身边很能撑面子，即使参加高端聚会，你和男友吸拉着人字拖到场，别人不会认为你穷，反而会觉

女神只可向上不可向下

蜘蛛细细密密编织一张网，
困住了自己。



得你们走欧美休闲 style;

第二, 外国人得到的贴心服务最多, 由外国人开口询问优惠从来不会遭到服务生白眼;

第三, 外国男人很实在, 不会像中国男人为了面子点看起来豪华的套餐背后又心疼得要死, 他们会点口味好又实惠的, 其他方面也一样;

第四, 跟外国男友一起租房, 虽然平摊房租, 但义务也是一半一半的。中国男人虽然有的会付全房租, 但会把所有的家务都丢给你来做。在家做饭洗衣服打扫家务的活儿, 价值其实远比那一半房租要高得多。而外国男人做饭都你一顿我一顿地交叉……

我瞠目结舌, 她还得意地告诉我: 外国男人甚至某个私密话题上的功夫也是最好的, 她也能跟着上一上课, 好好学习好好享受。不用心猿意马再花时间去, 在其他男人身上修炼。

如果把这理解为省钱, 不足以体现她的算计; 如果把这理解为算计, 不足以体现她的聪明。

生下来 就不在同一条跑道上

那时葛媛媛虽然口无禁忌, 追求者也多, 但很少见到她去约会。我懒得问。她很有主张。拒了四大的 Offer 后跑去南湖一家英语住宿学校当老师, 专门为企业老总培训英语。大学毕业后因为一个老板的关照, 她进了一家待遇非常好工作又不是特别辛苦的私募基金。

作为数学不好的中文系学生, 经院女神的步步为营让我头痛。我从大三开始做采访, 长期兼职写作。大学毕业后除了在一家报社有份稳定收入外, 主要收入来自兼职。潮湿的春夏之交, 长期熬夜写稿的我病倒了, 连说话的力气也没有。

男友打来越洋长途, 教葛媛媛如何照顾我, 她照做, 我痊愈得很快。

我跟葛媛媛聊了聊男友。葛媛媛说, 我明白你为什么不在国内交男友了。

男友不但长相阳光帅气, 而且家里在深圳和东莞开着好几家工厂。他在纽约一家私立金融学院读研究生, 前途不可限量。

葛媛媛用她的性价比原理点评道: 长相、前途、钱途三者合一, 还很会照顾人。赞!

然后她冷静地说, 可惜我是找不到这样的男友了。我算过了, 除了外国人, 中国男人不会喜欢我, 因为我的长相。

然后她又很快地说: 其实我爸爸是一家有名的整容医院的院长。

我听出她对整容的向往: “你那么优秀, 容貌算什么呢? 不过现在技术那么好, 如果你真的很想, 让你爸爸医院最好的医生给你微调一下也未为不可

啊。”

她说: “爸爸告诉我, 没有任何整容可以一辈子高枕无忧, 瘦脸针要年年打, 美白针也要年年打, 这些对身体都有损害, 我算过, 不划算。”

计算精明真是有益身心健康!

葛媛媛打算开一家健身房的会员卡。我说附近有家中航。她猛摇头, 一张口又是五条:

首先, 健身的地点要在附近的 CBD, 第二, 健身时间要定在中午, 第三, 健身以器械与垫上运动为主, 用力量训练来达到塑形的目的。

为什么呢? 因为接近中午起床还有时间去锻炼的白领, 基本是住在 CBD 附近高级公寓的外国人, 很多是单身, 有些晋升到了管理层。为什么要专门进行力量训练? 因为有了肌肉的体型才不会走样, 一劳永逸。

我叹服, 国五条要商量那么久, 葛五条张口就来。精英的人生仿佛经过精密计算, 永不出错。平民的孩子跟他们比, 不要说输在起跑线上, 压根就不在同一条跑道上好吗。

不过, 精英也似乎被我和男友刺激到了, 开始频频约会, 就算很晚回来, 也听得到她在隔壁屋子里打电话, 轻柔中带着小小的得意, 还有很愉快的轻笑。

一天晚上, 我手机没电了, 充电器又扔在报社, 为了给一个约稿的编辑复电, 我只好跟葛媛媛借一下电话。

她正洗澡, 平时我俩经常互借电话, 我拿起她放在客厅桌上的电话就打。

打完电话后, 不知怎的按到了拨打记录, 我发现葛媛媛打了不少越洋电话, 号码还有点面熟。仔细一看, 竟然是我男友的! 时间, 自然就是每天听到她轻笑得意的时候。

我气血上涌。葛媛媛搓着湿发出来, 看到我手机和我的表情, 脸上蓦地飘过一阵阴影。可是她张口却是这么一句话: 借我的电话用要把通话费还给我的。

那你借我的男朋友用呢? 我说。你借我的男朋友用还背着, 你打算还我多少钱?

我砰地甩上门。

经过半年愉快的合租, 我以为大家至少也能算普通朋友, 她的性价比原则只是对这个金钱至上世界的应付, 谁知竟是无差别狙击。

这让人恶心。精明不是错, 但算计的目的应该是为了让日子更美好, 心情更舒畅; 本末倒置, 一切为了数字, 把人心变成数字链上的一个环节, 那人还活着干什么呢? 不如直接去做电脑好了。

谁都爬不出自己编织的牢笼

那阵子有中文系同学召集合租一套四房两厅的

老住宅, 我在五天内打包行李并搬离了高端大气上档次却毫无人情味的白领公寓。葛媛媛通过网上银行把押金还给了我, 从此我们再也没有见过面。

没多久, 一个女孩在微博上爆出很多与男友同游美国的亲热照片, 并且 @ 我。谁知回复里竟然出现了男友的其他女友对她的攻击。我无法接受这种风中凌乱, 思考再三, 决定分手。

从此, 我和曾经无限靠近的菁英生活彻底告别, 过上了一个普通中文系毕业生的生活、工作、跳槽、结婚、生子, 很幸运地在六年后升了职, 也有了不大但布置得温馨的家。

当然, 过惯了平民日子, 在君悦酒店顶楼喝下午茶不太熟练。葛媛媛悠然地点东西并告诉我, 她挑选了追求她最久的美国音乐家。他们每次约会不超过 4 个小时, 因为超过 4 小时容易失去新鲜感; 她一直保留幽默, 与他身边众多女友较劲, 看谁能最终得到他。

数据分析依然细致精密。但是在那个夕阳西下的傍晚, 从 33 楼俯瞰这个城市比浮云流动更快的车水马龙, 我对这种精密油然而生厌倦。

懒懒地用蛋糕祝福她: 祝你得偿所愿。

她笑了笑, 忽然说: 我欠你一句对不起。

没想到她会向我道歉。“噢, 没事的, 都过去了。”她说: “真的对不起, 因为我长得丑, 所以必须比你们更加懂得用有限的资源经营人生。”

丑? 我承认她并不是传统意义上的美女, 可只要懂得并且有钱打扮, 又有几个真正的丑女? 至于有限的资源, 我更不能理解, 指的是能开连锁整形医院的家境? 还是一路从实验小学到外国语中学的优质教育资源? 还是姑姑随便就能给她联系上的金融大客户?

她说: “长相是我的硬伤。小时候连爸妈都背着我说, 女儿怎么会集中了他们全部的缺点, 不多挣点钱女儿以后怎么嫁得出去? 我从小就特别痛恨老师只选漂亮女同学表演、献花。我发誓, 一定要比所有人更优秀, 让所有人都看到我。”

“你不是已经做到了吗? 而且, 我不理解为什么要如此重视别人的看法? 可能我狭隘了, 但我真的觉得自己活得舒服最重要。比如说吧, 你那个男友, 皇帝一样享受三宫六院为自己争宠, 就算成功嫁给他, 真的会幸福吗? 你真的为自己考虑过吗?”

她淡定地说: “我一定会幸福的。你知道, 一口气攀到了一定的高度后, 就没有办法下去了。因为下去的那个过程, 很可能是摔到粉身碎骨。”

我的眼前蓦地出现了一张蜘蛛网。33 层的高端酒店自然不会有昆虫。只是在阳光也变得冰冷的钢架和玻璃结构上, 无数的人们化着精致的妆容来来回回, 像结网的蜘蛛一样爬呀爬, 却怎么也爬不出自己编出的那张网。🕸

光是浪漫就足够

香港沙田新城市广场

标签

浪漫灯海
白色飘雪
3D立体投影
光效汇演

香港沙田新城市广场每年圣诞重点宣传的星光花园灯饰布置都是大家万分期待的城中必拍圣诞灯饰热点之一,今年星光浪漫继续萦绕不断,新城市广场礼聘来自意大利的父子档灯饰建筑巨匠 Cesario de Cagna 及儿子 Giuseppe De Cagna 首次到港,为顾客浪漫呈献“Starlight Romance光是浪漫”圣诞灯影艺术装置。

10万环保LED灯造就浪漫星河

意大利灯饰建筑巨匠 Cesario de Cagna 及儿子 Giuseppe De Cagna 以佛罗伦萨独特的艺术建筑美感为创作蓝本,以意大利原厂自制逾10万颗“零发热”、可节省90% 电力的环保高科技LED灯,每颗LED灯都有De Cagna专利和独有名字,百分百Made in Italy,配以紫色及粉红浪漫主色,于逾二万英尺的7楼户外星光花园筑起灯影建筑艺术装置,将建筑与灯饰巧妙地揉合起来。

此次“Starlight Romance光是浪漫”圣诞灯影艺术装置重塑了意大利黄金时期的建筑特色,当中气势磅礴的11米高星夜教堂幕墙更是点题之作,瑰丽图案及设计突显出文艺复兴时期的对称、几何、和谐、统一等等的设计风格,而两旁的拱门长廊则延续了漫天星光的慑人魅力,令人神



往。此外,两位父子鬼才设计师更参照了意大利情侣胜地——台伯河畔(Tiber River)平安夜的庆祝传统(当地人每年都会变身圣诞老人泛舟河上,踏上亮丽的小船谈心观星),把七楼的喷水池变成小湖,在这里大家也可与恋人双双在小船上欣赏漫天星宿及宏伟的圣诞建筑倒影,沉醉于浪漫的流星童话中。

白色飘雪3D立体投影光效汇演震撼现场

Cesario de Cagna 为新城市广场策划一场前所未有的户外3D立体投影光效汇演,每半小时为大家送上传奇光影惊喜。一场奇幻的光影盛宴由划破天际的流星揭开序幕,飘飘雪花以及翩翩舞者谱出一幕幕宛如剧场般的视觉盛宴,虚实交错的影像燃亮幕墙上的主题灯影建筑,掀起了3D立体投影光效汇演的高潮,热闹过后黑夜帷幔再次低垂,令全场屏息静待白雪飘落的一刻,与最爱一起拥抱infinite星海雪地的醉人美景。

国际级星光艺术汇演巡礼

2014年1月1日前,新城市广场将充满异国风情及浓浓的艺术氛围,优雅浪漫的弦乐、典雅多姿的华尔兹、优美动人的芭蕾舞、扣人心弦的歌剧表演将轮流上演,位位表演者位量十足,包括:俄

罗斯双子舞蹈组合 Sergey and Mira Tokarenko、国际弦乐演奏家 William Lane、Ricardo Zwietsch、Shelagh Heath、歌唱家 Andrea Bettinelli Dal Cin 和 Oksana 等,并破天荒以令您惊喜万分、别出心裁的方式表演,让你一边欣赏音乐或舞蹈,一边热热闹闹一起体验快乐圣诞。



香港沙田新城市广场是香港三大商场之一,位于港铁沙田站A出口,交通便利,地理位置优越,旗下拥有逾400间特色商铺、160个化妆品品牌,更有先进齐备的影音电器店、青春活力的运动服饰店及环球荟萃的美食等,这里更齐集city'super、一田百货及马莎百货三间大型生活百货公司,让你享受一站式的尊贵购物体验。

地址:香港沙田正街2-8号(港铁沙田站A出口)

电话:(852)26849175/26916576

网站:www.newtownplaza.com.hk

微博:weibo.com/newtownplaza

微信:newtownplazahk



屯门V city 潮流女性美肌最新基地

标签:离深圳湾口岸最近的大型商场 开放式美容专区

对于经常从深圳湾口岸过关的深圳市民来说,屯门V city或许并不陌生。从深圳湾口岸搭乘穿梭巴士只需20分钟就能直达的屯门V city,是香港距离深圳市南山区最近的大型购物商场。如此优越的地理位置加上各潮流品牌荟萃,让8月才开业的V city一下子成为深港两地时尚一族的汇集地。

这里不仅有品牌丰富的化妆品,还有潮流男装以及云集世界各地美食的餐厅食肆,可谓“美食联合国”。

免费换领跨境巴士车票:顾客以信用卡刷卡消费满HK\$500,即可获得B3/B3M/B3X巴士单程车票或永东巴士单程车票(V city至深圳湾口岸)一张。

豪华酒店住宿大奖:12月31日钱,顾客只须累积所有于V city的即日信用卡刷卡消费发票,即有机会成为最高消费大奖得主,得奖者将获得帝景酒店住宿礼遇(价值HK\$1,406),包括入住帝景酒店双人豪华客房一晚、翌日双人自助早餐及V City购物现金券。

圣诞特惠

大埔超级城 品位人士心头好

标签:新界东北区旗舰商场 港式慢生活节奏

于1985年建成的大埔超级城,是新界东北区老牌旗舰商场。近30年的时光里,大埔超级城以其生活化的定位、舒适的购物环境、不断提升的产品和形象,持续吸引着区内居民及内地游客。和其他大型商场相比,这里没有过于浓厚的商业气息,却有着更为温馨、舒缓的生活氛围。周边景色优美的大埔海滨公园、吐露港公路、林村河、大尾督让大埔超级城氤氲着几分诗情画意。而深受内地观众喜爱的凤凰卫视就位于离商场不远的大埔工业村。如果运气好的话,就在大埔墟火车站,你或许能撞见你喜爱的主持人。

这里汇聚160家不同类型的优质店铺,分布在8大主题区域,网罗潮流衣饰、电子产品、珠宝名表、美容养生等,绝对是全家圣诞畅购的好去处。

圣诞特惠

持中国工商银行信用卡、借记卡及预付卡消费满HK\$1,800,即可获赠价值HK\$50的新地商场现金礼券。消费满HK\$3,000,即可获赠价值HK\$100的新地商场现金礼券。



最方便的圣诞血拼地 上水广场

标签:五大口岸到港首站 大牌云集

上水广场是目前全香港唯一坐拥罗湖、落马洲、皇岗、文锦渡及沙头角“五大跨境口岸、三十分钟商圈”的购物商场。优越的地理位置让其成为了诸多深圳爱美女性的到港购物第一站,或者离港前购物最后一站。特别是选择从福田口岸或罗湖过关,只需一站,便可到达。

美妆产品大牌云集。包括雅诗 兰黛、倩碧、Kiehl's、Lancome、Biotherm、资生堂、植村秀等。国际美妆品牌倩碧挑选一番。经典“小黄油”、升级“特效润肤露+”都是本季必须入手的滋润圣品,让您水润健康过圣诞。世界名表荟萃。高雅堂皇的PRINCE(太子珠宝钟表)是您的上佳之选。爱彼、伯



爵、江诗丹顿、萧邦等世界名表任君挑选,更有瑰丽典雅的珠宝首饰,夺目光彩必定让您爱不释手。

圣诞期间,上水广场还特别准备了精致的圣诞装置“A Little Love Story:晶莹闪烁圣诞城展览”。澳洲艺术家Cimon精心创作的,闪烁着水晶光芒的LEGO 艺术品可谓匠心独到,每件作品都以过于Swarovski(施华洛世奇)水晶砌成,仿佛分分钟都透露着“爱的信息”。与恋人牵手游走水晶之城,让手心温度绽放浪漫感觉。

圣诞特惠

- 1.顾客凭中国工商银行卡,于推广期内在商场刷卡消费满HK\$1,800元可获赠HK\$50元新地商场现金礼券一张,满HK\$3,000元可获赠HK\$100元新地商场现金礼券一张;另多个商户提供购物折扣优惠,详情请参阅场内宣传品。
- 2.凭指定消费即可换领跨境巴士车票。
- 3.商场还特设“天际100门票换领”,让顾客亲身体验360度鸟瞰世界闻名的香港日夜繁华景致。

来生我一定还能找到她，这个把我嫁给别的男人的婆婆。

请不要就此相忘

我要吃冷饭冷菜，她终于打开房门

那是个深秋，周五早晨，我吃完早点去上班，无意间看到正在收拾碗筷的婆婆，她身上的毛衫有虫蛀的小洞。我埋怨自己的粗心，我早就该为婆婆添置换季的毛衫了，可一直忙于工作而忽略了。

下班后我直接去了附近的商场。路上，本来要打电话跟婆婆说一声，可是电话刚拨通我的手机便缺电关机了。为了不让婆婆担心，我急急去选了一件毛衫便往回赶。

其实在路上，我就做好了心理准备，我猜想婆婆一定早早做好了饭菜，开着灯，在焦急地等我进门后，便唬着脸质问数落我。

可是打开门后，我被眼前的情景吓了一跳，只见静寂的屋子里漆黑一片，这让我有些始料未及。婆婆的心脏一直不太好，我有些担心，顾不上开灯便一边叫着妈，一边朝婆婆的房门奔过去。

幸好，婆婆在客厅的沙发上发出沉闷的回应：“你上哪儿去了？”

谢天谢地，婆婆没事，我的心总算放了下来。于是去开了灯，从包里拿出毛衫解释说我去给她买衣服了所以回来晚了。本以为婆婆的气能消一些，却不想我拿着毛衣让她试穿的时候，她生气地把衣服扔到一边，说了句谁稀罕，气

呼呼地回屋了。

我看着婆婆紧闭的房门，有些委屈，但绝对没有埋怨的成分。和她一起生活了五年，我太了解她的脾气性格了，她性子耿直，有些倔强，又有些孩子气，但对人绝对没有坏心眼。

我等了一会儿，估摸着她气消了，去敲她的房门，唤她出来一起吃饭，可她一直不开门。临了倒是把门打开了，却只是板着脸往门上粘了张纸条，便又把门带上了。

纸条上六个字：饭凉了热热吃。

我好气又好笑，看着那六个字，突然眼前一亮，朝门里喊：“你要不出来我就那么凉着吃了，你知道我肠胃不好的，吃坏了肚子可是很不舒服的呀！”

本以为婆婆听我这样说肯定会马上出来，谁想她定力不错，依旧一点反应也没有。

我又心生一计，故意坐到桌边，把碗筷弄出些声响来，装作在吃饭。这下婆婆坐不住了，打开门出来要去热饭菜。我扶她在桌边坐下，自己去把饭菜热好端了上来。

婆婆终于肯开始吃饭，却还是一句话都不说。

我讨好地说：“那件毛衫我专门挑了你喜欢的咖啡色，你要不喜欢周末我

们一起去换？”

她说不了。然后又是漫长的沉默，当我实在有些无计可施的时候，她终于开了口，说：“安安，你以后要是记得打电话跟我说一声，这到点了，你不回来，你不知道我心里跟猫抓似的。沈浩走了……”

婆婆没有说后半句话，但我再也忍不住掉下泪来。2007年9月11日，也是下班时间，老公沈浩迟迟未归，我们等了很久，一场意外的车祸不打招呼地把他带走了，再没回来。

婆婆当过兵，作过卫生员，复员后在一家小学任教。结过一次婚，很快离了，再未婚嫁。沈浩走了，婆婆只有我了。我的父母很早就已过世，我也只有她。

那么爱送人呀？ 去公交车站送吧！人多着呢

那次晚归事件之后，我尽量小心翼翼。

那年十二月份，单位开始准备元旦晚会，做为筹划和主持人，我晚归的次数变得越来越多，但每天我都不忘早早打电话跟婆婆请好假。这样一来，婆婆非但不生气了，而且看着我那么辛苦，眼里全是心疼的光。

有一天，晚上九点多我们排练完节目走出办公楼，发现不知道什么时候开始下雨了，我们都没带伞，而且有好几路公车也都停了。经理苏言见状担当了车夫，开车送大家回去。

临到我送的时候，还没到小区门口，便远远地看到婆婆拿着伞等在保安亭下，她瘦小的身影在路灯的雕刻下显得那样单薄。我急急下了车，朝婆婆奔过去。

她见我过来，一边急着撑伞，一边疑惑地看着苏言的车子。那时候天黑，我没有注意到婆婆脸色的变化，可回到家时，我看到她的脸色极其不好看。她没有使性子，也没有过多追问，但她脸上的表情，让我猜到了些什么。

第二天我尽量早地给同事们安排了排练，然后散场，收拾好东西后我最后一个离开。到公司门口的时候，发现苏言竟然还没有走，他在车里抽烟，见我出来，探出头来说，上车吧，我送你回去，一直不知道你家住得那么偏，你一个人回去不安全。

想想前一天晚上的事，我不敢再给自己惹麻烦，刚要婉言谢绝，却不想突然冲出个老太太来，用拐棍指着苏言说：“你那么爱送人呀？去公交车站送吧！人多着呢。”

苏言一下子懵在那里，老太太却双手叉腰，挡在车子前面一副雄纠纠气昂昂的模样。我忍不住想笑，忙上去拉着婆婆说：“妈，我们回家吧。”

回到家，婆婆还一副气呼呼的样子，她说那只花猴子一看就不是好东西。

我有些疑惑，问她什么花猴子。她说就开车那个男人呀，他是干啥的？留个长头发长胡子不说，你看他穿得花里胡哨的，哪个好人呀！

为了不让婆婆误会，我慌忙解释说：“妈，他叫苏言，是我们经历，人家美院毕业，留过学，回国后创办的这家广告公司，像我们这种行业的人在穿着上相对来说都随意一些，况且人家有过国外生活的经历，衣着打扮上相对来说要更时尚一些。”

婆婆重复道：“说经理？留过学？”

我说嗯。她又问结婚没？我说没结过，人家比我还小一岁呢。

婆婆点了点头，然后回屋睡了。

不几天后，元旦晚会，我获了奖，婆婆高兴得做了一桌子菜要庆祝。我们还破天荒地喝了一瓶百威。借着酒劲，我跟婆婆说：“妈，你看咱俩这样多好，后半辈子咱就这样过吧，谁都别抛下谁。”

我不胜酒力，也不善于心计，但这句话是我早就准备的一颗定心丸。沈浩走了那么久，很多热心人开始帮我介绍对象，也有主动出击的。我想，这应该是婆婆最担心的，不管是为了沈浩还是为了她自己，她肯定都是不舍得让我离

开的。

婆婆却瞪圆了眼睛。你不准备再嫁了？我说不了。她说你想拖累死我老太太呀？你给我快些找个人嫁了，免得哪天我想蹬腿走人，都合不上眼。

不知为什么，她嫌弃的脸色，让我眼睛有点想流泪，心里暖暖的。

她悄悄往我手里塞了两张电影票

演出圆满结束，我却因为劳累病倒了。在家里休息的那几天，我一直在考虑一件事情，那就是，未来要怎样？

沈浩走的当初，我做过决定，这辈子再不婚嫁，守着婆婆。可是后来苏言对我的好，苏言的优秀，着实让我动了心。我一直以为自己不做过多设想，是怕婆婆担心。现在婆婆表明了她的态度，我反而发现，自己的胆怯并非来自婆婆，而是因为苏言的条件于我而言实在太优秀了，我没有信心跟他走到底。

第五天早上，我昏睡了一夜，刚刚醒来，婆婆慌慌然闯了进来。她激动得有些语无伦次，说，快快出来，别别别，去换件衣服，漂亮点的，来了来了。

我有些莫名其妙，把门拉开一条缝，看到沙发上西装革履穿戴整齐的男人，一时没有认出来，竟然是苏言。回头看婆婆，她脸上笑成了花。

我随便收拾了一下出来，看到一夜之间突然大变样的苏言，他剪了头发，理掉了胡子，又换掉了那些颜色鲜艳的休闲服，一时之间有些受不了。

婆婆去厨房洗水果，我疑惑地指指苏言，他朝厨房呶呶嘴。原来婆婆竟然背着我和苏言谈过一次话了，她说苏言要是能把那身花里胡哨的行头换掉，她才能接受他。苏言就照做了。

那天午饭是在外面吃的，苏言请的客，婆婆吃得很开心。回家的时候，婆婆固执地要走回去，说是一个人转转，散散心。然后趁苏言结账的时候，往我手里塞了一样东西便走了。

是两张电影票，当天下午的。可怜婆婆的用心良苦。

目送婆婆离开饭店，苏言突然说：我有点不放心你妈。

我也一样。于是苏言载着我，将车子开得很慢，跟在婆婆身后。

一路上婆婆走走停停。她老了，连背影都是落寞。她一定是在想沈浩。

我望着她，泪水不知不觉涌出来，苏言递过纸巾，眼神也同样满是心酸。

那一瞬间有种东西破土而出，让人豁然开朗。我和苏言，其实是心意相通的同类。当我们在世上活得越久，就会发现这样的同类是多么弥足珍贵。

半年后我和苏言举行了婚礼。苏言置备了很大的房子，但一直空着，因为苏言想让老太太搬过去和我们一起生活，可是她怎么也不肯。苏言干脆搬过来住了。

沈浩走了，苏言来了，我们还是一家三口，没人看出我们和别的家庭有什么不同。

每天我和苏言上班，婆婆便在家收拾屋子，做好饭菜等我们回来，偶尔她还是会生气，还是会用纸条和我们交流。我欣慰她的不变，并不把苏言当外人。

第二年我们的女儿诞生，婆婆天天围着外孙转得乐乐呵呵。

中秋节的夜里，女儿睡着后，婆婆拉着苏言的手说：“沈浩走的时候，我以为自己什么都没了。但是现在我太满足了，有女儿，女婿，还有外孙。”又对我交了很多关于女儿的事情，煦煦最喜欢的头花放在小格子第二层；新买了一只蜡笔，是好看的玫瑰红……

后来我才感到有些异常，当时却只有满口的“妈，我知道啦知道啦！”她应该也没发现异常。只有命运知道即将发生什么，好心地处于冥冥中，让我们给彼此留下最后的话语。

第二天早上她没起床。她静静地走了。带着淡淡的微笑。

我想，来生我一定还能找到她，这个有些倔强，有些坏脾气，跟我没有丝毫血缘关系却对我无微不至的女人。👵

那些辜负过 我们的人或蔬菜

所谓家务琐事，
就是那种只有当
你没做的时候，
才会被注意到的
事情。

花 揪 太 太

作为一位太太，花揪到底有多不擅长做饭呢？

在花宝还小的时候，有一次家里阿姨临时有事，做好饭之后提前走了。到了午餐时间，花太当然要将焖在锅里的菜盛出来端上桌，她一转身，就看见两岁的花宝站在厨房门口，为了这不同寻常的景象激动不已，突然的新发现把他的小脸都憋红了：“妈妈！盛菜菜你是会的，对吧？”

当妈的虽然内心惭愧，但决不能叫一个两岁的孩子察觉，所以她顺水推舟，喜形于色：“是耶，妈妈很会盛菜菜耶！”

好几年过去了，花宝不但早就学会了盛菜菜，还能够站在凳子上煮出一锅超级好吃的菜泡饭，而当妈的还是半点也没有长进，她总是自动与厨房保持三尺左右的距离，否则就会变成《爸爸去哪儿》里的典型爸爸，对着一堆食材一筹莫展，只会徒然地碎碎念：怎么办怎么办怎么办呢……

虽然在厨房没有地位，但在菜场花揪却完全是女王范儿的，某个周末花揪先生跟她一起上菜场，没走几步就感受到了那种众星捧月的气氛。

那天已经是下午了，众菜贩不是在打盹就是在打牌，花太一露面，打盹的一骨碌就从躺椅上翻身坐起来，卖虾蟹的老陈把一手牌都给扔了，大家争着把花揪往自己的菜摊子跟前让，旁边的花揪先生一颗心直往下沉。

“看一眼这情形，我就知道他们平时白赚了你多少钱了。”先生说：“你知道把一个赌徒从牌桌上拉开需要多大的拉力吗？就算全家老小一齐上阵都不一定拉得动！”

当太太的虽然心虚，但决不能让先生看出来，于是狡辩道：“也许他只是刚好抓了一手烂牌，趁机丢掉而已……”

花揪先生是不折不扣的好吃之人，一盘青菜他能吃出炒的时候是分两次加的盐。

本来他当然也希望娶个下得厨房的太太，希望破灭之后就退而求其次，只要太太爱吃，也就满足了。这天，尽管一颗心沉甸甸的，他还是买了肥硕的珍宝蟹，准备做他拿手的香辣蟹。然而等蟹下了锅，他才发现忘了买香菜，阿姨在厨房用得上，他只好把花揪派去西门的小菜场。

“不就是买把香菜嘛，”他尽量轻描淡写，安慰着自己也鼓励着太太，“记得挑新鲜的买就行了”。

不就是买把香菜嘛！花揪速去速回，发誓不辱使命，可是，谁能想到呢，她拿回来的居然会是一把芹菜——新鲜倒是挺新鲜的。

对花揪而言，这就是事物运行的规律：在菜场一切都还是顺顺当当的，一进了厨房就风云变色。至今她也没有原谅那把芹菜。

当晚还是吃到了美味的珍宝蟹——加了香菜的，至于最终是谁去买来的，花揪就不想说了。之后她读到一条新闻，奥地利一个负责处理琐碎家务的小机器人在主人出门之后，突然不可思议地自行启动并爬上炉子，推开了炉子上的锅，然后打开炉火，稳稳地把自己烧成了一堆灰烬。它是迄今为止全球第一个选择自杀的智能机器人，人们对此百思不得其解。

报道显示，它负责的家务是有关餐厅和厨房的，这也许就是这个一团焦黑的谜题的答案：一定是因为不堪忍受日复一日的厨房琐事，它才最终崩溃并选择了自焚，尽管它伺候的只不过是一个烹调简单的西式厨房。如果当初 iRobot 公司曾经用中式厨房训练过它，那么可以想见，区区一个奥地利家庭的一日三餐是绝不可能把它逼上绝路的。不过无论如何，花揪认为自己理解了它——相比之下，先前的那把芹菜倒是更加不可理喻得多了。

对于辜负了她的人或蔬菜，花揪是很记仇的。👊

每天，
当你工工整整出门去，邋邋遢遢下车来，
那一脸挂着口水的灿烂
无非告诉所有的大人们，
坐校车，天生就该是充满魔幻感的疯狂体验。

有 一 天

妈妈，我们南山 school bus 的孩子们都很疯狂的！

冬天的第一场雨三三两两地敲在车窗上，大树像是一夜间被风吹没了脑子，了无心肝地漂浮在半空。以至于树下的人们仿佛生活在水底，一不小心抬头，触目都是居无定所的浮游藻类。一首热气腾腾的圣诞歌被你听了一遍又一遍，冷空气像一杯牛奶，被翻腾的音乐逐渐温热，我拍拍脑袋，好吧，那些色彩花哨的热闹日子，它大喇喇地，又来了。

一停车，我就领教了你们南山 school bus 孩子们的疯狂。

刚刚从校车下来的他们纷纷挤过来看你眉毛上的大纱布——你从马桶上栽下来，活生生给眉毛挂了一个小洞。纱布挡住了你向上的视线，当你不得不半歪着头、斜着眼睛看人的时候，简直像透了那个绝对绝对不吃番茄的劳拉。

Claire 害羞了，她躲起来了。

Claire 长高了——长高了吗，仅仅一天没上学？

Claire，我可以看看吗，我不会伤害你的。

Claire，你让我说你什么好呢，我真是拿你没办法。

最后这话里的深情迫使我惊诧地回头，从人群里一眼分辨出那个大男孩。挺好，眼神明亮，高大俊朗——一颗心按下不表。不过宝宝，你们南山 school bus 的孩子们疯狂得也太有观察力，太主观，同时也太，投入了吧。

这个南山 school bus 挺像宫崎骏的龙猫巴士，它总是行驶在疯狂的话题上，比如结婚。

这个话题最近我们班的孩子们也一直在讨论！

据你描绘，有孩子坚定不移地相互要结婚，有孩子选了花和草，有孩子要和同性结婚，有孩子不想结婚，而你呢，一会想和 Jinhur 结婚，一会又同意和 Jimmy，再一会又不想结婚了。一个叫 Joanna 的女孩迷惑地说，你们有什么好吵的呢，我和 Claire 结婚不就好了吗？

哈哈，你笑不可支地说，女孩子怎么能和女孩子结婚呢。

你知道的可真多，宝宝。我从反光镜里看向你，想起我这么大的时候。我这么大的时候，知道国王和皇后是要结婚的，知道男女是有别的，可是我们泾渭

分明，从来不会一群孩子热闹地探讨这样的话题，不能，不敢，不许，不应该——时代真的进步了，宝宝。但我还是忍不住打断你说，嘿！结婚这种事你还是要回来征求一下我们的意见吧。

为什么，这不是我自己的事吗？

……结婚那可不是你一个人的事。

是吗？那好吧，我会告诉你们的，放心吧——但是妈妈，如果我不同意，你不会勉强到我吧？

哼。

我选择闭嘴。生命的轮回真是短促，连你妈妈自己都没搞清楚结婚是怎么一回事呢，居然你就敢来跟我谈结婚。而天下的妈妈其实也都是幼稚的，那么好的女儿，真是要嫁给谁好呢？谁能配得上你妙不可言的青春，和那些真枪实弹的岁月积淀下来的各种的美——哪怕略带遗憾，那也只能因为真实而更美。

你们的龙猫巴士穿梭在干涸的城市，这并不影响车上不断生产着的，匪夷所思的新话题。每天，当你工工整整出门去，邋邋遢遢下车来，那一脸挂着口水的灿烂无非告诉所有的大人们，坐校车，天生就该是充满魔幻感的疯狂体验。

谢谢你的校车和你身处的城市，以及所有配合妈妈成全了你的疯狂的人们。

站在初冬冷鸡蛋一样的太阳下，等着你们仿佛要从树冠，不，甚至是云端蹿出来的校车，就会有微笑浮现在脸上。你出现于我生命的这些年，这样的笑容常常浮现。

至于结婚这种不值一提的小烦恼——

就像你在游乐场生爸爸的气，哭着说，我要我心心地善良的妈妈！我真想念我心心地善良的妈妈呀。在现阶段，无论是 Jinhur 还是 Jimmy 还是 Joanna，还是单身，不就是过个家家嘛，你说了算！何况今天早上，你对着窗外牛奶色的天空，那里雾蒙蒙，分不清是灰霾还是湖面。你说，其实我最想结婚的人是妈妈。

马上，你那心地善良的妈妈把车开成了小飞机，认定了自己漂浮在牛奶白的湖面上。

妙不可言。👉👉

结婚这种不值一提的烦恼

PART 1

身材分好类，塑身不会累

找准身材坐标，
是通往美好身材的第一步。
中国女性常见身材分为以下四类

芦笋形身材

特点：时尚界最爱，小清新鼻祖，胸部、腰部和臀部窄小。身材瘦长。

代表人物：孙燕姿

参考三围：32，24，33

关键词：背影像小男生

走形后果：一旦走形，极易成为上下一般粗的水桶。

梨形身材

特点：中国女性最常见身材。
上身轻下身重，臀部到大腿的中段较有肉。

代表人物：李心洁

参考三围：32，24，35

关键词：穿收腰的长连衣裙最好看！

走形后果：下半身沉重不堪，仿佛走不动路。

苹果形身材

特点：上身厚实，双腿修长。

代表人物：莫文蔚

参考三围：32，23，33

关键词：长腿妹，但是腰部不明显……

走形后果：XXXL 号的竹签插贡丸，十分不协调。而且，胖得最不健康。

沙漏形身材

特点：顾名思义，像沙漏一样，臀部和肩膀一样宽，腰部相比之下比较纤细。

代表人物：王菲

参考三围：34，24，35

关键词：肩宽、腰细，天生衣架子。

走形后果：万一发胖，便成为传说中的虎背熊腰



迷罗



节气瑜伽创始人，国内知名瑜伽老师，中医针灸师，畅销书《24 节气养生法》作者，元和堂创办人。

PART 2

知己知彼 百战百胜

专家解读四大身形形成原因：

迷罗：我们身材很大部分来自遗传。

但后天各种原因也会加剧身形的形成：

梨形身材

1 梨形人通常喜欢吃肉类、油炸食品，脂肪含量高；偏偏这类身形的人对脂肪的代谢不是很好，容易堆积皮下脂肪，凸显在臀部、大腿部分。

苹果形身材

2 多数苹果形身材的人喜食米饭和面类。这些食物很容易转换成糖分，但苹果形身材的人通常糖分消化得不好，导致脂肪在腹部堆积。这也是胖得最 unhealthy 的一种，因为腹腔内是人体重要器官所在。

芦笋形身材

3 基础代谢率高。但随着年龄的增长和生活的稳定，代谢率会逐渐降低或者不稳定，这时发胖会来势汹汹。

沙漏形身材

4 代谢率高，曲线十足。但因为肩宽胯宽，因此必须保持细腰和翘臀才能显出身体曲线，对腰腹部的锻炼十分重要。

少女可以无脑 熟女不可无腰

人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当人年轻的时候；
塑身的道路虽然艰辛，但紧要处常常也只有几步，特别是当我们年岁跟体重日增的时候。
幸好，随年岁一起增长的不只是体重，还有智慧。
不盲目地跟胃、跟身体较劲，是成熟女人的身轻如燕。



赵之心

国家级社会体育指导员，北京市科学健身专家讲师团秘书长。

1 梨形身材

塑形关键：梨形身材的人囤积在下半身的脂肪非常顽固，减脂非常重要，打通下半身循环也非常重要。

塑形运动推荐：需要针对臀部、大腿、小腿肚等局部运动进行运动。特别推荐爬楼梯、站起蹲下等运动，对肌肉增加负荷，引起下半身肌力运动。

塑形时间：每天20分钟以上。如果有条件，最好每天早晚都能坚持20~30分钟。

女报推荐



1. 看电视修正梨形身材法

准备工具：傲胜魔塑板一块。

步骤一：看电视时，一条腿踩在做胜魔塑板上；

步骤二：打开开关，魔塑板开始振动；

步骤三：十分钟后，换另一条腿

你得到：针对大腿以及小腿的剧烈震动，下半身得以伸展，极大改善下半身循环同时增加肌肉弹性和关节活动度。

消耗热量：20分钟消耗272卡路里，相当于爬楼梯半个小时以上。

2. 玩电脑修正梨形身材法

准备工具：傲胜魔塑板一块。

步骤一：坐在椅子上玩电脑时，双脚踩在做胜魔塑板上；

步骤二：打开开关，魔塑板开始振动；

你得到：针对臀部、大腿以及小腿的强烈震动。引致整体肌肉群快速收缩，提高身体新陈代谢率，加速燃烧下半身脂肪。

消耗热量：20分钟消耗272卡路里，相当于爬楼梯半个小时以上。

四大身形塑形要点

2 苹果形身材

塑形关键：苹果体形最不健康，但也最容易塑身，任何有氧运动都对“苹果”形有用，关键是做间隔性训练。

塑形运动推荐：不规则速度跑步。比如2分钟冲刺后，放慢步伐慢跑两分钟，交替重复，会很好地消耗脂肪并收紧松弛的部位

塑形时间：每周最佳的运动频率是四次，每次包括一个30分钟左右的有氧消耗运动，同时配合相应的肌肉练习。

女报推荐



闲聊塑形苹果身材法

准备工具：傲胜扭转机一个。

步骤一：将扭转机推到朋友聊天场所附近。

步骤二：打开开关。开始聊天。

你得到：针对腰部以及上半身的扭动。可以根据需要，扭一扭，停一停，交替重复，很好地锻炼腰腹部肌肉群，由外而内消除腹部堆积脂肪。

消耗热量：20分钟消耗230卡路里，相当于慢跑半个小时以上。

3 芦笋形身材

塑形关键：增加浑身肌群的圆润感与线条感

塑形运动：有针对性的肌肉训练，比如山地自行车以及爬楼梯等等。

塑形频率：每周运动三次效果就会很好。

看电视防水桶身形法

准备工具：傲胜魔塑板一块。

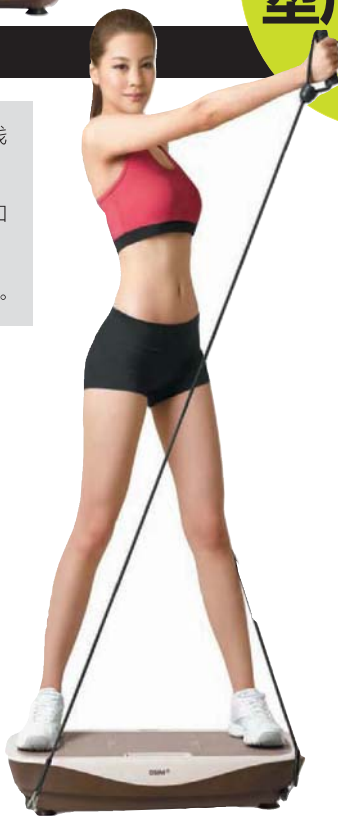
步骤一：看电视时，踩在做胜魔塑板上，拉出阻力缆线；

步骤二：打开开关，魔塑板开始振动

你得到：针对手臂、腹部线条的伸展运动，令肌肉紧张，逐渐呈现迷人的线条感。

消耗热量：20分钟消耗272卡路里，相当于骑山地车半个小时以上。

女报推荐



4 沙漏形身材

塑形关键：巩固小蛮腰。

塑形运动：自行车、登山和慢跑等运动。

塑形频率：每周最佳运动四次，每次都应该包括一次30分钟左右的有氧消耗运动。

躺着也有小蛮腰塑身法

准备工具：傲胜玲珑美腰带一根。

步骤一：将玲珑美腰带系到腰上；

步骤二：想坐就坐，想躺就躺。腰带自动开始按摩；

你得到：针对腰部的振动按摩，促进下半身循环同时增加肌肉弹性和关节活动度。

消耗热量：20分钟消耗200卡路里，相当于爬山25分钟左右。



女报提醒

塑身辅助产品很有用，买错了却很有害。请牢记：

1. 上下震动模式影响膝盖健康，**螺旋震动模式**才安全；
2. 循序渐进很重要，一口吃成胖子是气球，一次减成魔鬼身材是见鬼的想法。一定要选择有**渐进强度等级**的产品。
3. 世上最难两字：坚持。为防止三天打鱼两天晒网，塑身辅助产品要选择**易操作和易收纳**的。轻松和快乐才是长久之道。

赵卉洲

艺之卉服装品牌创始人
中国十佳设计师

无论你走什么路，都有你能走的路。

赵卉洲
穿靓点，工作就好过点

那么热的苹果手机，只有一个键

据说美国时装杂志《Vogue》主编 Anna Wintour 是个走在潮流最尖端、绝不跟风随大流的时尚女魔头。可是到 2013 年，只用黑莓手机的她也被苹果攻陷了，她的手上除了黑莓还多出一支苹果。

这支着了魔的苹果刷新了无数人的三观，赵卉洲也是其中一个。

作为手下有三个服装品牌的老板，找模特拍品牌画册是赵卉洲最重要的工作之一。这件事情在电影里是《穿 Prada 的恶魔》中各种酷炫的梅丽尔·斯特里普，到了实际生活里却成为赵卉洲最头疼的一件事情。

她选模特的原则很简单——漂亮，必须并且只要漂亮。赵卉洲非常坚定地认为，只有美得惊为天人才配衣服的高端大气国际范。每次她严阵以待地选择模特，用最挑剔的标准要求完美，各种煞费苦心折腾出来的效果却并没有那么理想。看着橱窗里过分漂亮的脸，正常人内心的独白基本上都会是：这牌子就是脸好看才能穿吧，而不会是赵卉洲所期待的：我穿上也能这么好看。

促使赵卉洲发生转变的事情，是她买了一台苹果手机。

拿到手时赵卉洲第一个反应是呆了片刻。这台据说引得无数人拎着睡袋彻夜排队去抢购的苹果手机，通身朴素到连说明书都没有，只有一个按钮，第一步是“打开”，第二步就是“下一步”，第三步是接下来的“下一步”，简单直白到连傻瓜都会操作。她没想到技术男们钟爱的用来显摆智商的手机，设计是如此简单，但用上手以后，赵卉洲发现恰恰是简单到极致，便也智能到了极致。

她开始对比苹果手机思考自己的经营思路。第一件事情就是重新审视自己挑选模特的口味。赵卉洲是个华丽控，就跟选模特必须漂亮这一条原则一样，设计时赵卉洲也过分关注天花乱坠的视觉感。这支苹果让赵卉洲开了窍，原来不复杂反而有直指人心的力量，很多事情的症结都只不过是太较真。

开了窍以后，很多问题随之迎刃而解。

以前她觉得女强人应该被工作塞到爆满，不折腾到累觉简直不能算爱过，现在她认识到必须首先学会好好生活，生活好了设计的灵感自然就来了。

去年她跟着供应商去海宁看样板，以前都是恨不能拿鞭子抽着时间往前走，这次赵卉洲却花时间去钱塘江观潮，回来后便根据拍摄的照片做了一组“观潮”的艺术装置；今年赵卉洲又根据观潮的灵感设计了一款透明的衣服装置，把勿忘我、满天星等花卉放进去。这件概念作品，被选去参加了嘉德艺术拍卖会。

不去费劲想太多，顺着感觉走，路反而越走越开阔。

过不去就拐个弯

在武侠的世界里，顶级功夫招式往往异乎寻常的简单，凌波微步就是只管一个劲儿地往前跑，段誉靠着它也能无数次化险为夷。

赵卉洲人生中第一个不大不小的挫折出现在 1992 年，从小学习美术的她报考中央工艺美院意外落榜。为什么是意外？因为从专业到文化课，一路考下来赵卉洲都妥妥冲在前头，但是在录取名单中地毯式来回搜索了无数遍，却始终无法找到“赵卉洲”这三个字。上榜的人只需要高兴，落榜的人想破了脑袋也没想出为什么会落榜。

能进一所艺术院校攻读绘画专业，是美术世家出身的赵卉洲唯一想得到的未来。没办法，她只好顺着这个未来拐个弯，去了第二志愿湖北美院。

不太凑巧的是，这个未来在将来未来之际，临门一脚出现了少许偏差。1992 年的湖北美院只招收设计专业。她要进美术学院，面临的唯一选择，是去读一个跟成为一名画家不太搭的服装设计专业。

赵卉洲适时开启了“看得开”这一天赋。从高冷的首都下放到与老家只隔

着一个洞庭湖的湖北，她半点不拧巴，欣然接受老天爷奖赏的那一点儿不一样，一脚踩进自己的大学时代。

进入设计专业后，外面是九十年代初的中国，健美裤和大垫肩是最顶级的时尚，而在四面墙围住的小院子里，美术学院的小天地每天都像上演穿越剧。赵卉洲他们 DIY 各种破洞牛仔裤，内衣外穿以及露背装。她最得意的是一时兴起给自己买了件加大码男士衬衣，往身上一罩长度直逼膝盖，每天穿着它晃晃荡荡在学校里乱窜。

熬夜成了赵卉洲大学时期最爱干的一件事情。她和同学经常在脏乱的画室里通宵画画，不过赵卉洲的秉烛夜学不是为了成为优等生，只是为了看起来像一个搞艺术的人。就这么漫无目的地画着，画出满意的作品拿去参加设计大赛，赵卉洲当时的参赛作品喜欢在成人尺寸的基础上把衣服再放大，有点像现在的 boyfriend style。虽然最后没有获奖，但这些经历让赵卉洲玩得很尽兴。

爱玩的天赋在美术学院里蓬勃生长，赵卉洲玩着玩着开始试着给自己做衣服。她给男友做了件工艺夹克，还带着他回去见家长。家里都是搞艺术的，对大胆前卫的他们似乎也没有多大意见，除了，男友的头跟赵卉洲一样长。

这个完全不在设想中的大学，就这么被赵卉洲异常开心地玩过去了。至于错失理想学校有点烦闷的夏天飘去了哪里，赵卉洲才懒得想。

心地单纯就能前途无量

大学毕业后赵卉洲的第一个想法是报考中央工艺美院的研究生。高考被坑了一下，这时候多少有点儿报一箭之仇的想法。她很认真地复习备考，却跟 1992 年如出一辙，又落榜了。

励志一点的人生，大概会从此跟命运杠上，一年又一年誓要把这个坑填平。赵卉洲却不属于这一类，她天生不爱较真，身体里没多少执念。很识趣地认为自己与中央工艺美院没有缘分，连带着觉得北京也有点嫌弃她，于是利索地爬起来，没时间欣赏自己砸出来的坑，一路南下到了深圳。

在深圳的公司上了不到半年的班，赵卉洲在当时人气颇旺的华强北女人世界租一个 16 平方米的小店自己设计衣服，取名“艺之卉”，专门走职业女装路线。

当时的职业装逼格很高，不是黑白就是灰。赵卉洲一肚子纳闷，职业女性一天中至少有八小时在格子间里，勤奋点的稍微加个班，十几个小时就这么过去了，如此漫长的时间都要与职业装厮守，把自己搞得黑白灰，气场这么凝重怎么可能不职业倦怠？工作时间穿得靓一点非常有必要，把自己弄漂亮了才好捱过八小时。

她在自己的作品中开始尝试明亮的颜色，设计出一款玫红色的收腰小外套，再配以黑色领和黑色大纽扣撞色，果然，这成了店内的热销款。

那时候，赵卉洲不大的店吸引了一位 VIP 客户。她特别喜欢赵卉洲做的衣服，不仅自己买，还带很多朋友过来买。二十岁出头的赵卉洲没有想到，这位 VIP 是深圳紫荆城的老板娘。当年作为深圳商圈里傲娇派的紫荆城，第一个开启 VIP 个性化购物，能进驻的都是国内外知名的品牌。这位老板娘在紫荆城最火的时候邀请赵卉洲加入，那一年赵卉洲 25 岁，是行业里的小菜鸟。

从 16 平方米的逼仄小店，进击到与一众知名品牌做邻居，这中间相距大约五分钟的步行距离。赵卉洲并不觉得有什么特别，但很多年以后回想起来，这近不远的五分钟，让她的服装品牌站到了巨人的肩膀上。

如果这算是创业的话，赵卉洲不较真，也没有过承担风险的压力。一不留神，现在她手里已经有了三个服装品牌，成了国内十佳设计师。

心地单纯，这四个字听起来十足韩剧玛丽苏气息，但世道被阴谋家们玩坏了，心地单纯的人靠着心无旁骛，往往能走出前途无量。

爸爸 很要命

这个高效运转的社会向分工明确。爸爸们忙着把自己贡献给全宇宙，在家里有妈的孩子才能像块宝。所以，当《爸爸去哪儿》把爸爸从大世界召唤回柴米油盐的小日常，习惯了拯救世界的爸爸像丢了水晶鞋的灰姑娘，突然玩不转了。不过好在，就算落地的姿态再窘迫，神隐的爸爸们终于飞回有孩子的世界。

关键词：灭童话高手

代表人物：《爸爸去哪儿》郭涛

行为模式：

- 此类型爸爸对普及真相有执念，对一切童话故事嗤之以鼻，千万别问他圣诞老人是不是从烟囱里爬出来的，他只会告诉你那是妈妈花钱雇的临时演员；
- 浪漫细胞为零，吐槽技能爆棚，不能克制地想戳破所有粉红色泡泡；
- 对撒娇卖萌自带超强免疫功能，视一切糖衣炮弹为纸老虎，姿态始终保持酷炫拽。

1

老爸负责戳破童话 孩子负责直面人生

薛璐 32岁 公务员 长沙

关于男人带小孩，小布什说是一件比打仗还艰难的事，郭涛在《爸爸去哪儿》中降低了带小孩的难度系数，成为与打仗严重程度差不多的事。

只有惨淡人生才够格配上真勇士。郭涛的儿子石头在节目中只要有幸运降临，永远来不及喜大普奔郭涛就一瓢冷水浇下来，“别高兴太早，我们下次不一定有这么幸运”。

爸爸的灭童话技能也影响到儿子。王岳伦的女儿 Angela 想邀请路人去导演组驻扎在沙漠的营地玩，石头一听探出头说：“她家在沙漠上，没有水！要坐一个小时的车！”张亮的儿子天天选中湖边的“独栋别墅”邀请大家做客，他一语道破天机：“可是去你家要走 30 分钟，还要坐船。”

人狠不拆是偶像剧，真爷们的世界里只有血淋淋的事实。在菜市场选做饭的食材，其他爸爸试图用各种借口掩盖厨艺不精的事实，只有郭涛在儿子要求买土豆时，干净利落地甩出一句爸爸不会做，继而在杂货店豪气冲天横扫八包方便面，临了他还不忘淡定补充一句，“我儿子太喜欢吃方便面了”。

妈妈们在这类爸爸眼中都有点神经质。每次看到我家老公把三岁的儿子像扔书包一样扔上天玩抛高高，这种一个不小心能把儿子摔脑残的节奏看得人触目惊心。我禁止老公玩这么惊悚的游戏，他却特别不屑地说：“哪个男子汉不是摔打出来的，有必要这么娇气吗？”这可是我十月怀胎辛苦生下来的，不是充话费送的好吗！

有次睡午觉时儿子在身边不停哼唧，实在太困了我叫老公把他抱走，老公从电脑前不情不愿地挪开身子，抱起儿子说：“儿子我们来玩游戏吧。”我以为他要抱着儿子玩电脑，谁知老公对着三岁的儿子说：“我们来玩小刀子杀小孩子的游戏，你来扮演小孩子……”我严重怀疑，按照美剧的发展节奏，我家小孩长大后绝对只能分到连环杀人魔的戏份。

话说回来，在郭涛的专业熏陶下，石头成为第一期上交玩具和零食时唯一不闹腾的，所有小孩都在哭天抢地中难舍难分，只有石头在爸爸的指导下默默狂吃即将被上缴的零食。他知道抵抗是没用的，存储好体力才能应对接下来的艰难生活。

哲人说人生本来就是关卡重重的，比起等到成年后才在 KTV 里撕心裂肺唱“你哭着对我说，童话里都是骗人的”，似乎，能早一点看穿这个现实也没什么不好的。

关键词：唐僧附体

代表人物：《爸爸去哪儿》田亮

行为模式：

- 这类型爸爸不从宇宙爆炸人类起源说起，一件事情是没有办法阐述清楚的；
- 台词功力一流，身体素质超棒，一旦启动说教模式，计时单位必须以“小时”起跳；
- 自我感觉比凤姐还要良好，绝对正确的化身，任何时候都必须像标准答案一样分毫不差。

没有一公升的口水 怎么证明我对你的爱

西兰 35岁 会计 成都

田亮不愧是拿过世界冠军的，耐力好到让人叹为观止。

有多少人只看到田亮的女儿 Cindy，在节目一开场就变换着各种造型声嘶力竭哭足三小时，却忽视了田亮一直不停歇地碎碎念模式。与 Cindy 抑扬顿挫的哭声相比，田亮节奏音准声线都控制得恰到好处，无数以“你看”开头的句式不疾不徐地冒出，还不忘附上小孩的天生仇敌——“别人家的孩子”。

“你看弟弟妹妹都很听话。”

“你看人家都自己拿着东西。”

“你看你都这么高了，不要再哭了。”

……此处省略一千字。

很多人不理解为什么 Cindy 这么能哭，看看离开田亮后像风一样洒脱不羁的 Cindy，就会知道那个令人伤感的源头究竟在哪里。

田亮的老婆叶一茜曾说：“国家跳水队曾经有一句名言：亮哥永远是对的。他讲道理永远头头是道。”田亮连买个调料包，都能用“我觉得”、“关键是”、“主要是”等词汇发表一篇《论买调料包的正确性》的长篇宏论，讲道理俨然已经贯彻在他生命的各个角落。

这是何等深厚的内功啊！我感叹。

我爸一定也能做到！女儿坐在一旁心有戚戚然。

是的，其他妈妈都在苦恼老公太过寡言

少语，我们家正因孩子她爸喋喋不休而头疼不已。

拿教育女儿睡前刷牙这件小事来说，老公能从选用对的牙膏说到正确的刷牙姿势，再普及到恰当的刷牙时间，最后展开到不认真刷牙对身体的影响甚至是拔牙的痛苦。半个小时下来，女儿已经头晕脑胀风中凌乱，他才终于停下来喝口水，慢慢悠悠来了句：

“明白了吗？”就连扁桃体发炎被医生告诫少开口说话的岁月里，老公也能在强大精神力量的支撑下，不间断碎碎念着“今天的菜炒咸了”、“吃太多盐对身体不好”、“女儿的钢琴要每天坚持练啊”，“不积跬步无以至千里”……

女儿被念得单手撑着下巴一脸悲伤：人类已经无法阻止我爸话痨了。

据说田亮跟女儿讲道理时，有过把 Cindy 讲到一头栽在床上崩溃装死的黑历史，但田亮所做的不过是丝毫不介意地微微一笑，把 Cindy 扶起来又是一阵和风细雨的道理，直到 Cindy 再次“噗通”一声倒在床上……循环往复，生生不息。

唐僧附体让人累觉不爱，但掌握这门技能关键时刻也能爆发惊人战斗力。田亮能把 Cindy 说晕，罗家英靠着发微博碎碎念两个小时，也能把一向傲娇乱改时间的航空公司，说到招架不住亲自致电连连告饶。

所谓不战而屈人之兵，说的就是这种境界吧。

成长太漫长 哄小孩只争朝夕

海欣 37岁 教师 北京

都说穷养儿富养女，在别人家儿子都被训着糙着长大的主旋律下，谢天谢地，林志颖家的儿子 Kimi 终于甩脱这个老掉牙的套路——他是被他爸忽悠着长到四岁的！

无论节目组给出的条件多艰苦，一句“太酷了吧”林志颖就能妥妥地解决所有问题。就连抽到床上有只死蜘蛛的破房子，林志颖也能用“那是他们帮你准备的玩具”蒙混过关。至于不能随便让别人知道的超人父子身份——那已经忽悠出银河系的水平了，凡人不能轻易拆穿。

让人大跌眼镜的是，已经四岁的 Kimi 对“大忽悠”爸爸的话居然照单全收。爸比说住破房子很酷就高高兴兴入住，爸比说死蜘蛛是玩具就玩得亦乐乎。想到这里，我不禁叹气：这对萌宝父子虽然甜蜜有余，但是不是稍显……IQ 不足？

作为饱受其害的当事人，我深觉再没比有一个爱忽悠孩子的老爹更愁人的事了。他爸说吃西瓜要吐西瓜籽儿，不然肚子就会爆炸长出一个大西瓜，我那五岁的

关键词：将忽悠进行到底

代表人物：《爸爸去哪儿》林志颖、张亮

行为模式：

- 就像男人哄女人时只有一句“多喝水”一样，此类型爸爸哄小孩的套路也是一招走天下；
- 节能环保先锋，擅长拆东墙补西墙，绝不容易购入新配置，坚持走过一天是一天，缝缝补补又三年；
- 打得一手温情牌，以不拆穿生活真相为己任，维持这一秒的和谐抵得过日后的漫漫长途。

傻儿子还真就一丝不苟地把籽儿全给吐出来。有一回不小心吞下去一粒，顿时六神无主吓得脸都白了。

我看着儿子下一秒就要吓哭的样子，又是好笑又是恼怒。他倒好，笑嘻嘻地拿了一片维 C，过去蹲下拍拍正在地上捂着肚子打滚的儿子：“别怕，爸这儿有种特神奇的药，吃下去后就没事儿啦。”我看着一秒钟破涕为笑的儿子，简直目瞪口呆。

在带孩子这条道路上，张亮也是忽悠界的个中好手，他哄儿子的原则基本上可以一句话概括：拆了东墙补西墙，东墙不够那就再从西墙搬回来凑。

张亮的儿子天天死活不肯上交 iPad，他用一招“我这儿还有手机”让儿子勉强妥协，可转瞬间手机也被没收了。对于儿子提问为什么早餐是馒头不是肉包子？张亮信誓旦旦来一句“明天就有了”应付过去。至于明天没有怎么办？既然今日事今日毕，那明日事自然明日毕，哄过今天再说吧。

当然，沐浴在老爸这手和风细雨的温情牌中，孩子们哄人的功力也一流。天天一开始不肯上交玩具和游戏机，各种吵闹熊劲儿十足，在后来动不动就对爸爸表达爱意的肉麻攻势中得到洗刷，甚至还意外崛起成新一代治愈系暖男。

所以还能奢求什么呢，哪怕只把孩子哄住一秒钟，能从这一秒的缝隙抽身出来，享受一下安稳宁静的现世，就已经足够让我们满血复活地接着往下走了。

关键词：很傻很天真

代表人物：《爸爸去哪儿》王岳伦

行为模式：

- 此类型爸爸肉身凡间，灵魂一直神游在仙界，对柴米油盐零兴趣，唯一的生存技能是脑补；
- 虽然自身战斗力较弱，但不妨碍他们对生活保持高度的乐观豁达，始终坚信即使天塌了砸中的也是比自己高的人；
- 成家立业喜当爹都不能让他们成功从男孩变身成男人，在岁月这把杀猪刀面前，他们永远拥有一颗逆生长的心。

别人笑我傻大憨 我笑别人太艰难

楠楠 38岁 广告策划 佛山

围观过《爸爸去哪儿》中的王岳伦，妈妈们再也不用担心女儿会失足迷上文艺男。

虽然王岳伦的老婆李湘给全国观众打足预防针，称王导是艺术家不食人间烟火，但这位艺术家对人间烟火的陌生程度还是把电视机前的小伙伴们惊呆了。

去沙漠之前的菜市场选食材中，王导展现了惊为天人的砍价能力。四块钱的东西硬逼着老板四块五卖给他，老板怒了他还在央求能不能便宜点。进入沙漠后，导演组只发十瓶矿泉水给每组家庭，其他爸爸举例子摆数据分析十瓶水度过两天不现实，唯独王导表现出超然的淡定，这么柴米油盐的琐事显然不适合神游天外的艺术家。

只有想象力才是艺术家的杀手锏。当田亮都已经能给 Cindy 编出还算齐整的麻花辫时，王导倒腾半小时给女儿 Angela 夹了一个发夹，然后对着根本不存在的辫子惊呼：“哇，看爸爸给你编的辫子，好漂亮啊！”乘着想象力的翅膀，王导在贫瘠的现实也能脑补出自己心灵手巧的样子。

在一失足嫁给只会用电冰箱的文艺男前，我也没想到人生中还有比假睫毛飞出来更令人尴尬的事情。今年同学聚会，多年没见的老同学问我老公女儿几岁了，老公思考三秒后转回头问我：“老婆，我们家闺女今年几岁了？七岁？八岁？”那一瞬间老同学眼神中的信息明白无误：该不会离婚了不好意思，找了个临演来凑数？

拜托，真要找临时演员，一定是帅得让你们虎躯一震的吴彦祖级别好吗！

事实上，我一直怀疑我老公对女儿的认知只有一条——这是我女儿。至于女儿的年龄，今年读几年级，班主任老师是男是女……这很重要吗？反正，只要认准女儿就行了。其他都有女儿她妈记着，实在不行，不是还有女儿的爷爷奶奶外公外婆七大姑八大舅会记着吗。

李湘说参加《爸爸去哪儿》本意是想锻炼老公，我也曾试图改造过老公。就算他动手能力是负分，但围观也是一种参与，以前我给小孩换尿布都会要求老公在身边。有一次给女儿换完尿布后我抱着她用小调羹喂水，老公在一边看着尿布上的黄色糊状便便，忽然问我：“老婆你说用调羹舀着便便喂她，她会不会也吃呢？”我笑着说：“可能会哦，她这么小知道什么啊。”他顿了顿一脸真挚地说：“要不，试试？”

这真的不是开玩笑，老公的眼神中写满了跃跃欲试，我怎么能遏制一个人的好奇心呢，只能从此遏制住自己企图改造老公的居心。

很多人惊叹 Angela 超 A+ 的交际手腕，这种无论谁都搞得定的技能你以为是天生的吗？为了照顾神一样的爸爸，小小年纪的她穿梭在上至八十下至八岁的人群中，一切都是生活所迫不得已。如果可以选，谁不愿意有一个天真无邪的童年，有眼力见那是长大以后的事情。

每一个靠谱的小孩背后，一定都矗立着一位心智水平没长齐的熊家长。🐻

中国好调料 清洁地垫很有效

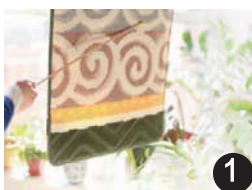
地垫再耐脏，终会容颜凋残。扔掉浪费，手洗很烦，机洗过不了心里的坎，不清理又是灰尘细菌集中营。
中国好调料——盐“干洗”、醋“水洗”，清洁地垫很有效。

1 盐是“干洗”地垫好工具

门厅地垫粉尘多，两个月要用食用盐“干洗”地垫污渍至少一次。

Step 1:

悬起地垫用木条轻轻抽打，沙尘自会飘出，再把地垫平铺在地上，用粗布沾水擦除较重污渍；



Step 2:

取出家用好帮手食盐，将盐均匀撒在地垫上；



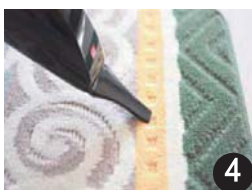
Step 3:

将地垫放一边，让盐发挥吸湿和吸附油污的功能，析出地垫污垢；



Step 4:

40分钟后，用吸尘器吸去地垫表面污物。



PS. 盐与地垫接触的时间越久，去污的效果越好。

2 醋是消毒地垫好溶剂

卫生间地垫细菌丛生，“干洗”不管用，必须用醋水和曝晒进行二次消毒。

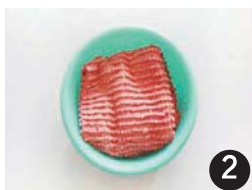
Step 1:

在脸盆中倒入半盆温水，加入4杯白醋；



Step 2:

将地垫放入醋水中浸湿，可有效杀毒；



Step 3:

用清水清洗后，用中性洗涤剂搓洗；



Step 4:

再次漂洗后，挂在阳光下曝晒消毒，晾干即可再次使用。



3 橡皮筋卷卷卷走毛发

秋冬脱发，宠物掉毛，地垫hold不住。必须进行从粗毛发到细毛发再到毛绒的全方位360度除毛清洁。

Step 1:

用粗毛刷在地垫上顺刷一遍，再倒刷一遍，去除粗长毛发；



Step 2:

捉一把最便宜的橡皮筋往卫生纸的筒芯上套，用改装版筒芯来回在地垫上滚刷，把较短的细软毛发卷到皮筋上；



Step 3:

用干布顺着地垫毛绒纹路从头推到尾，去除残留的衣物毛绒。



PS: 用前多做几步，清洁省力省心！



1.

新地垫除浮毛要用吸尘器吸，除浮色要用湿布擦。



2.

要防止沙尘渗落污染地板，只要在地垫下铺上几张报纸就行。



3.

想防潮防虫蛀，将卫生球碾成粉末铺洒在地垫下的报纸上。

课前提问

女报 生活：
带宝宝参加本期“早教恶补班”的原因是什么？

芊芊妈：希望在跟小朋友和早教老师的接触里，女儿变得大方淡定不爱哭。我之前为女儿制定过耐寒锻炼计划哦。

晨安妈：朋友推荐过这里的音乐课。我自己是学音乐出身，希望通过早教课程开发孩子的音乐潜能。

本杰明妈：每个妈妈都会期待儿子将来运动细胞发达吧，还是去专业早教机构比较放心。加上他只会说英语，这里走的是国际范，你懂的。

要要妈：听说能体验各国的新年，锻炼孩子合作能力，彻底戳中我萌点。想看到儿子成为善于合作、眼界开阔的小男子汉。

《女报·生活》金宝贝新年专场

早教无小事，拼师资也拼泡泡水好吃

栏目主持 本刊编辑部
摄影 | 杨潮生
恶补课程：育乐课+音乐课
场地提供：金宝贝南山花园城中心

俗话说，三岁看到老。外国专家也出面佐证，3岁以前是学习模仿的黄金期，抓住这一阶段养成好习惯，比用牛奶强壮中国人靠谱多了。

根据一分钱一分货原则，本期恶补班挑中这家全球最贵早教机构。和踩点时期不同的是，当女报读者体验团杀到，这里已经隆重地挂上中国结，置纷繁桃花，转型为精心布置的女报新年专场，课堂好比盛大的跨年 Party，十足贴心有腔调。

在慵懒冬日里，太太们除了期待孩子在早教高手的点拨下新年开启新模式，也可以偷得浮生半日闲。上街头愉快地品一杯热咖啡，或者倚在教室角落聆听笑语，从生活琐碎中暂时解脱。

知名早教机构一览

名称	地点	简介
金宝贝	美国	2003年正式登陆中国，唯一采用全球同步课程体系的早教机构。由于是洋品牌，价格不菲，属于目前最贵的早教机构，适合海外归来或外语较好的家长。
美吉姆	美国	在全球31个国家和地区开设了超过300家儿童教育中心，于2009年初来到中国，在北京开设了第一家早教中心。
七田真	日本	在中国大陆兴起时间不长，注重对孩子右脑的开发，七田真式教育在韩国、新加坡和台湾等地比较风靡。

本次体验项目

金宝贝南山花园城中心
特设女报（新年）专场
育乐课 + 音乐课
价值 RMB: 498 元



晨安 2岁

妈妈感想：身为资深幼儿教师，我在妈妈圈也算是一把好手了。经过一天的观摩，必须负责任地说，这里的音乐课很特别。由专业育儿乐队开发研制出来的音乐，据说能帮助孩子强化协调性。看到儿子随着音乐律动舞惊全场，我果断掏出手机拍照，发微博晒幸福，比平时晒大餐有深度多啦。

报告



①

西班牙新年：当新年钟声敲响，人们便会争着吃葡萄，连吃 12 颗就能让新一年的 12 个月都平安如意。

为了让包场的宝宝们真正感受到西班牙的年味儿，老师们专门搭建了葡萄架。这位混血宝宝顺利地当众捧月中摘到了第一串葡萄，活泼可爱的架势，连吃 24 颗葡萄应该也不在话下。



②

英国式新年：新年打井水是英国乡村流传已久的习俗，第一个打到井水的人就是来年的有福之人。两个小朋友齐心协力，默契地完成了打井水任务，双双晋级为福娃。还在排队的小伙伴们纷纷表示：求沾喜气……



③

在西方国家里，圣诞和元旦其实很亲密，它们通常会连在一起，组成半个月到一个月的幸福长假，甜蜜指数号称“两旦一新”。看着华丽的圣诞树，小吃货芊芊很心动：这红彤彤圆滚滚的果实，可以尝尝吗？

外国新年模式

开发孩子身体协调能力以及合作能力



①

写春联——领到老师发的春联纸，本杰明挥毫落纸如云烟。苦恼的是妈妈，这写的都是浮云啊。

②

在欢快的音乐里，大家一起扭秧歌。音乐细胞特别发达的晨晨想和老师 PK。这些秧歌专用红腰带，都是为了本期女报专场额外购置的“新教具”，可以开发宝宝们的节奏感。

③

要要打鼓时特别有范儿，获封打鼓达人。妈妈向他解释说：这是音乐小才子的同义词。

④

用红绳挂在桃花树上的特制红包，都是女报专场定制款，装着满满的新年祝福。后面的红包封壳上，是芊芊妈妈写下的心愿：芊芊，幸福，快乐，健康，美满。

中国新年模式

开启宝宝绘画、音乐潜能

体验

要要 2 岁半

妈妈感想：我来自日本，因为大学在台湾就读，所以中文交流没有问题，希望要要也能跟我一样，多接触各国文化。这次女报专场不但能安静包场一整天，场地也特意布置成中国年的样子，听说连课程都是为宝宝们定制的新课，妥妥锻炼到协作能力，特权阶级的感觉很不错哦。



芊芊 2 岁

妈妈感想：我不准备做虎妈鹰爸，但在教育模式上，我有自己认定的一套准则，外国的月亮不一定比中国圆，但我们照样可以赏玩细品。这次带芊芊参加早教课程，面对风范十足的老师团，我应该会打 90 分以上。一堂课下来，不但芊芊涨知识，我也跟着学到了不少培育芊芊性格的锦囊妙计。



本杰明 2 岁

妈妈感想：我自己也开过育儿方面的讲座，这次是带着毒辣眼光来挑刺的，结论是……确实很赞！在非专业机构总有孩子受伤的顾虑，这里地板都是纯天然亚麻材质，还铺了体操比赛专用垫，加上有专业老师保驾护航，本杰明在这里玩再 high 也不用担心，点赞。



如果毛病那么可

我叫“都知道”

小谭 31岁 色彩顾问

以前是他妈说他，他不耐烦，现在是我说他，他也不耐烦。无论他有什么问题，只要别人一指出来，话还没说完，他就立刻说，我知道我知道，可知道有什么用呢，完全不改。你如果跟他较这个真，他永远是一副我改了，但你没看出来的架势。

有一段时间，我尝试用身体力行的方式感化他，他跟我说的事，我都记在心上，并且马上做出修正。再遇到他说我知道我知道，却死不改悔，我就跟他说，你瞧，你说不吃早点不好，我现在每天都吃早点，但为什么我让你少玩点游戏，你就一点都听不进去，甚至在手指疼痛的情况下，还要玩？他马上一副上当受骗的表情，说好好，以后我不说你了，你也别说我。

他的人生信条就是你们都别说我，表面上特别神气，骨子里充满了自卑，我觉得他挺可怜的，却没办法表达我的心情，他一定会说：“别说了，我知道！”

欺负我没见过男人

刘太太 26岁 全职太太

他比我大15岁，我跟他的时候还是处女，他是我第一个也是唯一一个男人。结婚4年多了，孩子出生后他就不怎么跟我过性生活，几个月都没有一次。开始我担心他是身体出问题，观察了一段时间，发现人家上班、打球、上网，都活力四射。我就找了个机会，跟他谈性生活的问题，想找出原因，我们共同克服，他却一脸的不以为然，说性生活就是为了生孩子，如今孩子已经生了，性生活当然可有可无。

他这个观点实在把我惊呆了，后来我们经常为这个吵架，他干脆说男人都这样，他身边的那些事业有成男，都是宁愿打高尔夫球，也不愿意跟太太上床的，大家只想过轻松的日子。我故意问他，那我该怎么办，我有需要欲望，他说人家太太都挺好的呀，带孩子逛街购物聊天，开开心心，也不找先生的麻烦。

说来说去，不是他的错，倒成我的错了。

“这有什么”先生

王娟 32岁 图书管理员

他忘性大还不喜欢别人提醒。有一次变天，我找出毛衣让他穿，放在门口的衣帽勾上他都忘记穿了，晚上回来喊冻死了。我建议他以后不要着急出门，左右看看有没有落掉东西，他就很不耐烦，丢下一句“这有什么，又冻不死”就去看电视了。

明明三天没洗澡，他非说昨天洗过，等我找出证据证明他昨天根本没有洗，他立刻不屑一顾地说“这有什么，没洗就没洗呗”，好像小题大做，错的是我。带宝宝出门，夏天不知给她戴帽子，冬天不知加外套，春秋玩热了又不知给她脱衣服，出门前怎么叮嘱都没用，他根本对我的话左耳进右耳出，宝宝回来病了，他也只会说“这有什么，哪个孩子不生病”。

我并不挑剔他的行为，谁都有不擅长的事，但我介意他的态度，对不起是毒药啊，说一句就会死？

如果说男人好面子可以理解，面子里子都要可真让人受不了。太太说让男人承认错误比让处女上床还难，先生们则说，承认错误有那么重要吗，何必小题大做。生活的小沙砾不断打磨我们的情感，坚守婚姻者皆是勇士。

可爱，让它陪你孤老吧

我就是这样的人

汪小丽 30岁 外企职员

我家男人的成长性特别差，过了25岁，简直就在倒退。固执、情商低、不合群、不学习，缺点越来越明显，我还不能说，一说他就翻脸，说我就是这样的人啊，你找我的时候怎么不看清楚，甚至干脆说，那你把我甩了吧。

这跟用不用根本没有关系，我也没想过这个问题，我只是觉得作为太太，有义务告诉他，你这样做是不对的，他就那么敏感，好像相爱的人就不应该说对方的缺点一样。我爱你，当然应该接受你的缺点，但接受不代表开心，再说人类难道不应该不断自我修正吗？为什么明明知道是缺点，还不改？

如果你说我有缺点，就是不喜欢我了，他的思维里面只有这一条线，真是要命。

你说不过我

梅梅 28岁 公务员

他是个从不承认自己缺点的人，连他妈都这么说，如果说这还不算最严重的缺点，更严重的是他还擅长狡辩。

他带女儿出去玩，自己在一边玩手机，女儿从健身器材上摔下来，头上摔了一个包，他说处女座今天犯水逆，不摔这一跤说不定还出大事呢。他脱下来的袜子从来不会规规矩矩地放在脏衣篮里，东一只西一只，就差没扔饭锅里了。我如果说他，他一定会充满深情地回答：“你不觉得这样才像一个家吗，家里干净得像医院一样，有什么意思啊？”他做事没长性，一份工作做一两年就烦了，要么跳槽，要么混日子，我说你这样不行，成功的人首先要有韧性，他马上说，人只要觉得幸福，就是成功。我很无语，有本事你别抱怨自己工资低啊，但这是他的敏感线，一点就着，不能说。

我只能说，我嫁了一个没用的男人，并且将来我会对女儿说，一定要找一个能够正视自己缺点的男人结婚，只有这样的男人，他的心理年龄才与实际年龄相匹配。

缺点就是我的特点

毛毛 29岁 健身会所老板

结婚前，他有点文青范儿，我挺喜欢的，结婚以后，他的文青范儿经常闹笑话，甚至影响社交。跟朋友一起玩，大家都说往东的时候，他一个人非要往西，还逼我选择，跟他走还是跟大家走，又不是什么大事，少数服从多数，大家开开心心挺好的，他非要搞得大家都为难。我劝他随和一点，他说那样不符合他的个性；我说在家里怎么样都可以，出门也这么任性，大家都为难，他干脆说，有什么为难的，你有你的自由。

既然他这么说，下一次，我就选择跟朋友们在一起，结果他老兄在山里迷路了，两三天以后才饿着肚子回家。我想他吃了亏，应该能听劝了，结果还是我太天真，他根本觉得无所谓，还说他已经做好了做人猿泰山的准备，就他那小身板，还泰山呢，一只狐狸都能直接把他灭了。

男人对太太是真的狠，对别的女人都温柔，在太太面前，他们可以任性、自私到无以复加，完全不考虑你的感受。

我有的缺点你也都有

张晴 30岁 记者

只要功夫深，铁棒磨成针。他要是铁棒就好了，可他不是，他整个一“异形”，你磨掉多少，他就能长回来多少。

结婚前，他比较收敛，我说什么都听；结婚后，我说什么他都不听，我们吵架吵得我都没心思吵了。关键是，明摆着他错了的事，他也不听你的。被子晾在阳台上，我外出，他在家，天下雨了却不知道收被子，还责怪我明知道天要下雨还要晾被子，我说我不知道啊，他说你应该看看天气预报，我说天气预报也没说有雨呀，他说天气预报经常不准，你难道不知道吗？

他上厕所总不关门，我说他，他不吭声，然后有一次，我的门没关住，被风吹开了，他立刻冲进来，像捏到我多大的把柄似的，嚷嚷着，你还不是没关门？原来他卧薪尝胆就是为了报这一次仇。你说两人在一起，如果为了谁把谁给压倒，还有意思吗？

与安全感有关的守护

无法正视自己的缺点，甚至像守护金银财宝一样守护缺点的人，心理年龄未超过18岁。

这样的男人似乎越来越多。独生子，父母忙于工作，只溺爱不知教育……往往是母亲将一个未断奶的大男孩直接交给了他的太太，于是他的太太便成了他的小妈，这不是女人愿意的，而是被迫的。

曾经有个中年胖男对我说，男人守护自己的缺点，实际上是在守护自己的安全感，为了女人，为了婚姻改变太多，在他看来是一件危险的事，他并不会考虑这种改变于自己的益处，而是考虑改变是一种妥协，代表情感上的弱势甚至溃败。这种想法真让人崩溃，可是没办法，太太是无法教育丈夫的，好女人永远不是一所好学校，一味付出，没有底线的女人，才是男人眼里的好学校。

其实你真的不是他的小妈，不必承担教育他的天职，如果他的缺点只是让你不爽，你应该找寻使自己变得爽一点的方式，或者至少做到视而不见，如果他的缺点将影响他的人生，让命运给他一记响亮的耳光吧。与你牵手走上红地毯的，是一名有自我行为责任能力的成年男子，你与其相信自己，不如相信他。忍得了就忍，忍不了就走，别真把自己当学校，那样做是自找挫败感。

eyebrow & make-up

针对问题 1 淡眉挂急诊

眉毛稀疏浅少,除了画眉想来点一劳永逸的方法?纹眉很痛又死板。绣眉是纹眉的升级加强版,没那么痛、效果自然,但保持时间短。植眉属于美容整形,最自然,但见效较慢。

其实,眉毛也能逆生长。



乔琳

37 岁的辣妈
美容畅销书作家
知名美容博主,著有《这才是我要的美肌书》《最美中国方》。

推荐



PTR 晚间睫毛丰盈修护液 ¥1090

1. 睫毛增长液可急救淡眉

我用过一款非常惊艳的睫毛增长液,是 ptr (彼得罗夫) 的。ptr 晚间睫毛丰盈修护液眉毛也适用。我妈妈眉毛淡,我让妈妈用来擦眉毛,效果非常惊人。

晚间清洁后,把睫毛增长液涂抹在眉毛根部,每天仅限用一次,两周见效。

2. 按摩让眉毛整齐有型

按摩不止能调节身心缓解疲劳,还能让眉毛整齐有型。

疲劳时,把大拇指放在太阳穴上,用食指的内侧贴住眉毛,用力向两边疏导,按摩数十次。压住点儿劲,稍微感到一点疼为宜。

毛发变淡,不只随着年龄增长会出现,很多准妈妈在怀孕的过程中也会出现相同情况。这和女性内分泌、荷尔蒙激素有关。

1. 内调。

平时要坚持补充综合维生素、大豆类食物,这类营养成分能够增加身体的所需,同时维持雌激素,对毛发健康很有帮助。

2. 外敷。

搭配利用 VE 胶囊和专业眉毛滋养液进行涂抹。每天晚上睡前,将 VE 胶囊剪开挤出油脂或直接用眉毛滋养液涂抹在眉毛上,这对眉毛本身稀少的人士同样有效,当然效果可能会因人而异。

3. 不要随意相信偏方。

如不要迷信涂抹姜,没用还刺激皮肤,到头来赔了夫人又折兵。



推荐

TALIKA Lipocils 眉毛活力滋养霜 ¥262
连续 28 天使用,眉毛能平均增长 0.5-2.5mm。

困扰 30+ 女性的 四大眉毛问题:

1、拔眉过度导致眉毛变淡变少,显得没精神。

2、错误的修眉方式导致毛孔变大、色素沉淀,很难看。

3、眼周皮肤松弛,眉毛跟着变形,看起来“凶”或“圆”。

4、年轻时候淡妆浓抹总相宜,迈入 30 大关,发际线后退,眉毛没画好,越发显老。

读者有话说

Julie 银行职员 30 岁

拔眉虽痛,我还是坚持了四五年,没办法女为悦己者容。糟糕的是,今年我都不用怎么拔眉了,因为以前拔的地方眉毛都不长了。现在不止眉形难看,更怕眉毛掉光光。

Jing 家庭主妇 39 岁

眉毛让人忧愁。上了 30 岁后,眼部皮肤松弛,眉尾下垂,笑起来跟哭没什么两样,一张愁妇脸,自己看着都烦。

Aven

台湾偶像级明星造型师,全方位发型、彩妆、美容护肤专家
著有《Aven 的美肤餐》《人见人爱瘦脸书》。

Linston 外企市场部经理 32 岁

今年画眉,明显感觉不对劲,化浓了显凶,化细了又怪怪的,不画眉还不好意思出门。

眉毛好看 熟龄才有范

针对问题 2 修眉要谨慎

修眉不正确，后果很严重，事后补救既麻烦又效果不明显。

首先，两种修眉方式拔眉和刮眉，各有优劣。

拔眉 很痛，但眉形好看，眉毛生长没那么快。可是时间久了问题就出现了，拔眉功力不足破坏皮肤和毛囊、傲娇的眉毛不长了、眼周皮肤下垂皱纹出现，还可能有色素沉着、继发性毛囊炎的危机。

刮眉 不痛，对皮肤损伤小。长期刀刮眉毛长得粗长得快，导致毛孔粗大。常刮眉会使眉毛周围的皮肤发红，如消毒不严，甚至可导致周围皮肤发炎、肿胀。

修眉有风险，美眉需谨慎。相比较而言，**刮眉**还是保险一些。

其次，刮眉手法要准确。

①修眉工具一定要清洁杀毒；

②先用眉笔画好眉形，把不需要的部分修掉；

③修完后涂上面霜，能减缓红肿、收缩毛孔。

最后，凡事有个度，**不要过度修眉**。

针对问题 3 和 4 如何挽救眉毛变形

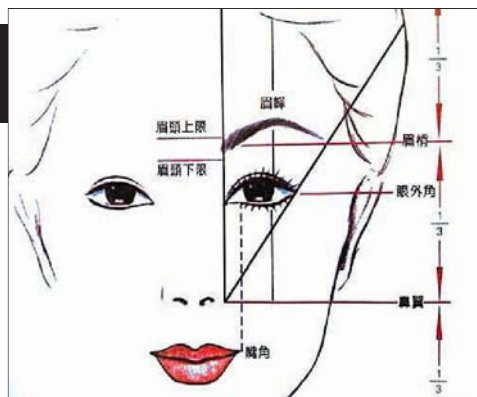
皮肤松弛导致眉形不好看，眉头眉尾一起下坠——“凶”眉立显，眉头不坠眉尾坠——“囧”眉找上门。

1、去掉**“凶”**眉。凶的人眉毛通常很浓或者形状很锐利，修出秀气的线条加上减淡眉毛的颜色可以让人看上去变得亲和。非常浓的眉毛可以利用染眉膏来改变颜色。

2、修掉**“囧”**眉。没精神的眉形，如八字眉也就是囧字眉形、必须修剪，把下垂部眉尾，眉头多余杂毛去掉，再描画新的眉形，不然会囧囧没精神。

其实，眼皮下垂的变化不影响标准眉形在每个人脸部的适合度。

图示标准眉形。根据图示三条黑线，找准眉头、眉峰、眉尾三个点，将多余的地方修饰干净，按照标准眉形填补，不过浓过淡，自然就很美了。



场合改变 眉形有推荐

不满足于标准眉形，希望根据场合变化传达出气质的变化，30+ 女性的干练或温和可以用不同眉形搭配不同的产品来体现。

眉形推荐

产品推荐

眉形推荐

以下眉形、产品为 Aven 推荐



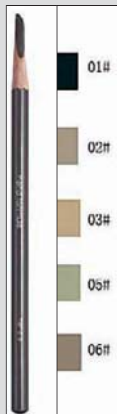
上挑眉



干练工作日：上挑眉 + 眉笔

上挑眉彰显女王气场，画眉前将眉峰最高点描出，以眉峰最高点为中心，轻扫出眉峰处大致眉形，再按照一般方法画出眉头眉尾即可。

一整天的带妆，眉笔是不错的选择，眉笔有更强的线条感，颜色饱和度高，持妆久，干净利落的线条，看上去干练又专业。



Shu Uemura 植村秀 砍刀眉笔 ¥150

超级明星产品，易着色不易脱色，超防水；颜色自然，只在眉毛上有色，皮肤不上色；形状独特，灵感起于日本传统砍刀；6 种颜色选择



平直眉



温情节假日：平直眉 + 眉粉

周末假日，家庭朋友聚会要轻松自然，用平直眉才不喧宾夺主、咄咄逼人。用标准眉方式找出眉峰眉头眉尾，用修眉刀适当处理眉峰处的尖角，使之圆滑。

眉粉上色较轻薄，颜色细腻自然，利用浅色眉粉轻轻填补空缺的部位，均匀眉色。

kate 造型眉粉组合 ¥99

深中浅三色眉粉，能描绘出立体层次感。眉尾和眉毛下线描画最浓，由眉毛中段向前慢慢减淡，往前渐变。

持久度强，颜色自然，能保证整天不脱色；性价比高，还可以当修颜鼻影或者眼影用。



产品推荐

张家睿 5岁

weibo: 张家睿_YOON

无拘无束的射手座

舔和吃不一样

睿睿肚子疼，还想吃冰淇淋。

妈妈（严肃地摇摇头）：生病期间不能吃。

睿睿：我不吃，就舔一舔行吗？

妈妈：……



脑袋的用途

睿睿（遇到难题）：爸爸，这道题怎么做？

爸爸想鼓励他自己思考：

宝宝的脑袋是用来做什么的啊？

睿睿（想了想）：用来长头发的。



1. Just because 圣诞袜玩具 ¥80

根据人靠衣装、礼靠袜装定理，用彩色贴布凹造型的它，能为圣诞礼物镀金。

不吃冰淇淋， 舔舔可以吗

造型/张耀中
摄影/周俊
文案/婷婷
服装/H&M, Zara, Baby
道具/周周 @MMY森品百货

过圣诞



不带我拍照

睿睿翻旧相册。
翻到爸爸妈妈结婚前的合影。
睿睿（很郁闷）：
妈妈，为什么拍照不带上我？



2. Pororo 儿童练习筷 ¥33

儿童餐具，质量不能含糊。它是打败韩国、日本、欧盟质量认证的高级树脂筷，享用圣诞大餐必备。

3. 千趣会圣诞2件套 ¥310

让爸爸妈妈瞬间化身萝莉控的纯棉圣诞套装，缺点是一旦穿上，就得爬烟囱派礼物。

4. 宜家斯诺米挂饰 29 件 ¥39.9

当孩子问你：“爸比/妈咪，你会唱小星星吗？”音痴可以果断掏出这套闪闪发光的小星星挂饰救场，装扮圣诞树和家居都不错。

5. Kocotree 小麋鹿儿童护耳罩 ¥36

在该卖萌的年龄绝对不能呆闷宅。别看它只是手感柔软的加厚护耳罩，真正的作用其实是令可爱度飙升。

Disney 闪电麦昆卡通书包 ¥248

砖家说，孩子要赢在起跑线上，这款闪电麦昆的赛车书包，可是起跑线和终点线的大赢家。尼龙材质轻盈耐脏，更肩负起萌化世人的使命。

本月推荐



和林志颖儿子 Kimi 同款

Merry Christmas

劳拉说：

“查理哥哥，
就是那个东西。”

我几乎不能相信自己的眼睛，猜猜劳拉会指
着什么呢？她正指着番茄！

我问：

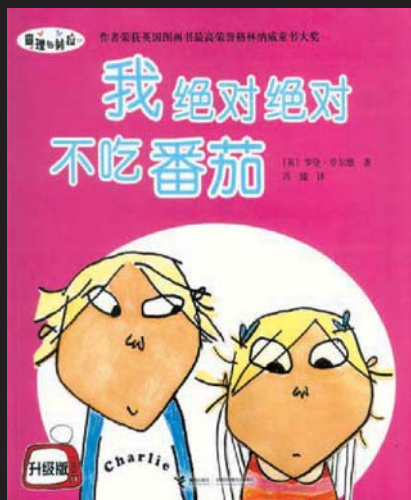
“真的吗？你真的
要吃个番茄？”



可惜我们 都没有查理



我说：
“什么东西呢？”



只有在小P孩身上，你会体察到进化。

劳拉这种小孩，就是为进化配备的活标本，刁钻、挑剔、聪明得一塌糊涂又自我意识空前地觉醒——然而又还只是个孩子，对爱的人怀着宽广的信任；对好玩有着无法免疫的激动；对界限、秩序、规则有敬畏，又有那么一点点探险的好奇，总是忍不住试一下，再试一下，直到适应。

劳拉这种小孩，如果给她们每一个都分一个查理哥哥，就圆满了。

我绝对绝对不吃土豆泥，但如果它们是富士山顶上飘下来的云，那就给我来一份大的吧，你知道，我喜欢吃云朵。我绝对绝对不吃番茄，但如果它是喷水月亮……我最爱吃喷水月亮了——亲爱的查理哥哥，你不会认为它是番茄吧。

我不认为乔尔德这一套书真的能解决那些老掉牙又总是无处不在的问题：他偏食，他没有规则，他总是不睡觉，他过于自我，他撒谎等等等等，没有人能真正干净彻底地解决掉孩子这些头疼的毛病。至少，乔尔德提供了一种解决问题的思路。而且她的画风非常有辨识度，是让人一眼看到和记住的风格，从一开始会因为不够常规而别扭，慢慢地，合拍的人就会喜欢上这种线条任性简单的画法。尤其爱那眼神，总是一副早就看透了你的白多黑少的斜视眼，单纯又邪性，是脑子咕噜咕噜转个不停的孩子的眼神。

我绝对，绝对，不吃番茄。

喜欢用这种句式的小女孩，都长不太胖，身体生长的速度根本跟不上飞速发展的意识；喜欢这种句式的女孩聪慧，狡黠，名堂多得要死，好奇心会让她们摔出一个大包也义无反顾；喜欢这种句式的女孩，如果人生里都能有个查理哥哥，该多完美啊。

可惜我们都没有查理。



书名：我绝对绝对不吃番茄 作者：乔尔德 译：冯臻 出版社：接力出版社
定价：11.8元/本 177元/套（15本）



悠悠 2岁 厦门

我家的小吃货悠悠，对绘本简直有一万个为什么，她会问我：“妈妈，劳拉为什么不吃胡萝卜，她不想当小白兔吗？”接下来的整个晚上，我都在倾听悠悠对胡萝卜与小白兔的热爱，看她模仿兔子跳，真是萌萌啦！



雷雷 3岁 福建

带雷雷读《我绝对绝对不吃番茄》，雷雷刚翻过几页，雷雷就说：“我也想最讨厌吃豌豆！”听到儿子愿意吃最讨厌的豌豆，我立马筹备晚饭。至于绘本的真相，还是过几年再接着讲吧。



可可 4岁 北京

我给可可一面讲绘本，一面描述富士山尖飘来的一朵云和月光喷泉到底有多美，连自己都深深陶醉了，她还是一头雾水地问我：“妈妈，这些东西怎么能吃呢？”

家睿 5岁 深圳

读完绘本后，家睿抱着我说：“妈妈，我不挑食……但最好别放辣椒……也不要放芹菜，和猪肝，和海带。”我忍俊不禁，赶紧狠狠表扬了他一顿。



炫炫 6岁 珠海

出门前向炫炫爸爸交代了任务，一定要带炫炫看完绘本，回家的路上，我还特意买了一袋小番茄想鼓励他们。谁知道一进门，父子俩就异口同声地跟我说：“我绝对绝对不吃番茄！”

琳琳 4岁半 山东

《我绝对绝对不吃番茄》给玲玲带来了浓浓的危机感：“妈妈，这个妹妹不是真的挑食吧。”我接着她说“对的，她只是不愿意尝试。”玲玲急忙向我郑重申明：“可我是真的真的不吃鱼。”好吧，和哄一哄就能得逞的绘本相比，现实真是杯具又甜蜜。



请把主人找回来

一封来信

今天因为女儿的事情与老公吵了一架，心情低落到极点，与老公已经不是第一次吵架，但每一次争吵都让我觉得像世界末日。

我自小家庭环境不是很好，我父亲因为喜欢打牌、喝酒经常和母亲吵架，大打出手，自己也因为调皮经常挨打，所以在选择老公的时候，我只有一个要求，不抽烟不喝酒不打牌又要对我好，原以为这“三无”的男人都会有一个好脾气，事实证明我错了。我老公虽然没有这三个问题，但他的脾气却非常暴躁，我们经常为了一些鸡毛蒜皮的小事吵得不可开交……他唯一的一个好处就是吵完了后，过个半天一天的，你还在气头上，他又笑嘻嘻来跟你说话。

我们是属于三代同堂的这种家庭，孩子的爷爷奶奶、孩子的伯伯一家三口，再加我们一家三口，是个大家庭。爷爷奶奶很好，生活在一起，也不让我们交生活费，家里的家务基本上不让我们两个媳妇做。不过我们有些什么事情需要他们的儿子帮忙，他们也会不高兴。爷爷奶奶把孙辈看得很重，而我女儿性格又比较倔强，她提出的要求一定要达到才肯罢休。我因为看过一些育儿书籍，觉得小孩的这种无理取闹不应该惯坏，所以跟爷爷奶奶起了冲突。却没想到老公也是这么无知，女儿想要干嘛就干嘛。

我女儿应该算是比较聪明的小女孩吧，很小的时候就喜欢自己动手，我看了一些育儿书籍也提倡多让小孩动手有益小孩成长，所以在吃饭方面，我一直鼓励女儿自己吃。而爷爷奶奶就不赞同了，他们认为女儿自己吃饭，又吃不了多少，而且搞得满桌满地都是，就一定要我喂。如果我不喂的话，爷爷就会大发脾气，而我也会在这种脾气当中妥协。记得有一次，女儿要我喂饭，但她又不好好吃，我不管她了，结果女儿的倔脾气来了，非得让我喂她才吃。我不想这样惯着她，坚决不肯喂，结果爷爷发脾气把碗都给扔了。

所以，一直到现在，女儿都没有好好地、认真地吃过一餐饭。家里的小侄女也是，现在都快六岁了，还要喂饭，而且脾气也不好，动不动也哭得昏天暗地。如果她爸爸教育一下她，爷爷就会把她爸爸大骂一顿，所以我侄女从来也都不怕爸爸，她爸爸讲的话，她从来都当听不见。面对我样的家庭，我很忧心，但的确无能为力。

第二，因为吃零食。女儿总是不好好吃饭，我的原则是不吃饭的话就不给零食吃。但女儿不是我带，我不在家的时候，爷爷奶奶经常给她吃。我不同意，他们就会说，那她总是个哭，你不给她吃，就总让她哭得出汗喽。而老公也是这样，经常在外面买一些她想吃的零食给她，那些什么营养快线、爽歪歪。而且每次只要我女儿一哭，他就给她买吃的。所以女儿总拿哭当筹码，随便什么事情，就往地上一赖，哭得惊天动地。而且她一哭起来，谁都不要，只要我一个。而我也每次因为没有满足女儿无理的要求，而遭到公公婆婆以及老公的骂。

我觉得他们很过分，每次女儿发脾气，我都要挨他们的骂。我也不知道自己到底哪里做错了，只是不想让女儿有太多的坏习惯，只是想用一些了解到的科学的方法养育女儿。很多时候针对这些问题，我都和老公沟通，但他每次听完就了事。家里也买了不少李跃儿、孙瑞雪及小巫的书，也把《女报》上你的专栏推荐给老公，但他每次都不愿意看。因为这些无法沟通的问题，每次争吵完后我觉得很痛苦，也常常想到了要和他离婚。我本身就不喜欢吵闹的婚姻，也希望能给女儿树立个好榜样，让她生活在幸福的爸爸妈妈的家庭里，可为什么这么简单的一个要求就这么难呢？

王崇，你觉得我应该怎么做才能更好一些？

一个无助的妈妈

与孩子相处的任何困惑
请邮到:

ulicaulica@126.com



王崇回复

无助但是仍然没有放弃的妈妈：你好！

你痛苦，无助，但是你对于理想生活的愿望仍然没有放弃——否则，我就无法收到你的这封信了——因而，更显出它们的价值和你的光彩。

你喜欢学习，你有新的育儿理想，那我们很投缘：我恰巧也是这样的母亲。

你只是需要学习怎么实现你的理想，学习如何为你的理想、你的生活和你的孩子负责——换句话说，你需要学习如何成为自己生活的主人。

那么，现在。

谁是你生活的主人？

谁是你家庭的主人？

谁为你孩子的现在和未来负责？

从你的来信看，这个大家庭里，爷爷、奶奶似乎是上述所有问题的答案。老人们似乎是家里所有人的主人，看起来可以决定儿子和儿媳的言行，也可以决定如何养育孙子和孙女。所以，在你身处的大家庭中，老人和成年子女的关系不是互相尊重的平等关系，互相干涉与纠缠的“支配—服从”的关系。

大家庭和小家庭的经济是不独立的，所以使得“支配—服从”关系变得更加纠结、深化。此外，你的小家庭也需要爷爷奶奶帮助你们白天照顾孩子，甚至家务。

我猜，爷爷和奶奶就是在支配和服从的家庭环境中长大的。他们在这种关系中努力把他们的孩子养育大（你可以了解一下他们身为父母时，他们生活在怎样的家庭环境和社会环境中，面对的最大挑战是什么），并且在孩子成年、结婚后，仍然努力给予他帮助。爷爷奶奶已经尽到了责任，也已经耗尽了力量。他们的要求是可以被理解的，他们没有什么错——他们就是这样理解生活、婚姻或者亲子关系的。而且，正如你所言，在支配和服从的关系中，他们是可以按照他们的想法批评你、骂你的，而你只能忍受。

你当然更没有做错：你就是新一代，你身处不一样的时代，不一样的中国和世界。你有你自己对生活、对婚姻、对养育孩子的想法。只是，实现你的想法需要你付出努力。

从内在世界来观察这个大家庭，我发现这个大家庭没有主人。情绪成了每个家庭成员的主人。你女儿的情绪可以触发和掌控爷爷、奶奶和爸爸的情绪，成为他们情绪和言行的主人。爷爷、奶奶和爸爸面对你女儿的哭闹情绪时很无助，完全被掌控。那么他/她们怎么办？他们的首选方法是迁就和讨好孩子，让她平静下来；当你不愿意迁就孩子，或者你让孩子有情绪时，第二种方法

就是指责你。而他/她们的愤怒和指责又开始启动和控制你的情绪和言行——你很委屈，也很生气。也很压抑——因为不能对爷爷奶奶表达。你的办法是把情绪发泄在孩子身上，你可以打她或者冷落她——当然，这对女儿是不公平的，对女儿的成长更没有什么好处。你的另一种方法是，和丈夫吵架来发泄之前的情绪。

所以，你的女儿可以对爷爷、奶奶和爸爸发泄情绪，用情绪控制他们；爷爷、奶奶和爸爸可以对妈妈发泄情绪，用情绪控制妈妈的情绪和言行；而妈妈可以对女儿发泄情绪，控制女儿的情绪和言行。女儿继而再去控制爷爷、奶奶和爸爸。有时候妈妈也可以和爸爸吵一架，发泄出自己的情绪。这个循环就在你的女儿、你和你的家庭、这个大家庭中日复一日地重演，并且伤害着每一个人。

在这个过程中，妈妈很伤心，也许对丈夫很失望，也不知道该做些什么。

我猜，爷爷、奶奶和爸爸对妈妈也会不满，他们希望妈妈能按照他们的想法来做就很好了——这样孙女就不哭了，而这是他们最害怕的。

而我最担心的，是你的女儿。我很认同你关于孩子无理取闹——具体地说，用情绪来控制成人——必须被制止的观点。没有规则和界限的孩子会缺乏安全感，在与人交往的过程中会受到很多伤害。但是她也也许每天都可以看到，身边的成人如何用情绪来控制他人，来控制自己。她也每天在练习，如何用情绪来控制他人。

所以，你可以观察一下在大家庭“支配—服从”的关系下面，情绪掌控所有人的无序和无人负责的状态。想一想，在这种关系中，你得到了什么，失去了什么。

然后想一想，你想要的生活是怎样的画面，你希望如何教育和培养你的孩子长大……想一想为此你愿意承担起怎样的责任、付出怎样的努力——无论对你、对你的孩子还是对你的婚姻。

最后，对于你往何处去，你需要做一个选择。只有当你慢慢成为你生活的主人，你的理性和思考慢慢成为你情绪的主人以后，一种平等的、有序的家庭环境和心理环境就会慢慢呈现在你的生活中，而你理想的生活和养育孩子的目标就会一步一步实现。

这不是一个容易的决定，这也不是一条安逸的道路，但是有希望和成长的收获。从你描述的现实，以及我们所有人身处的现实来看：就算不努力改变，现实本身从来不容易，也从来不安逸。

当你无助的时候，别忘了你的智慧、力量和对于理想生活的希望一直在你的心中。🌱

他们那怒放的生命

摇滚青年常常是一个矛盾的所在，他们摆出一副关心人类的模样，却不关心自己的家人、伴侣甚至子女。他们的目光停留在底层贫困人口身上，自己却过着纸醉金迷的生活。这固然算不得人品问题，却也是生活态度问题，他们带着作品勇攀伟大高峰，却摔倒在自己骨子里的庸俗面前。

唐 / 白居易

有些人，你看完作品再去了解人，会加一层喜爱；有些人，你看完作品再去了解人，需要一定的定力，才能不偏激不狭隘地继续喜欢他的作品。

在

中国，几乎每个小朋友都是读着白居易的诗长大的，他对底层人民的关怀照亮了无数胸怀“兼济天下”之理想的孩子们的心灵。

白居易生长于官家，勤奋刻苦好读书，28岁中进士，32岁开始做官，从此桥都坚固，仕途光明。中途有段被贬江州的插曲，时间很短，江州即今日九江，与许多文人墨客的被贬之地相比，称得上繁华热闹，他却极其哀怨地写下了著名的《琵琶行》，把自己与歌女比为“同是天涯沦落人”。沦落天涯的却只是歌女，不出四年，他复出官场，再无变数，顺利活到了75岁。那时的75岁，快赶上现在的百岁老人了。

据说白居易有个青梅竹马的恋人名为湘灵，因为女方家境贫寒，两人始终没有结婚，后来白居易外出做官，还写过《寄湘灵》的诗怀念她。白居易37岁才娶了富二代杨氏，并在杨氏死后续弦她的妹妹，在当时算是晚婚中的战斗机。这件事很容易被浪漫文艺青年描绘为白居易因反抗封建门户观念而耽搁了大好年华，然而他与湘灵的关系却颇有些扑朔迷离，湘灵终生未婚，后来不知所终，在封建时代，一个女孩子就算家里再穷，也不至于终生不婚，有说服力的解释只能是她虽未嫁白家，却已是白家的人，甚至可能已为他生儿育女。白居易与杨氏的子女早夭，他的后人并不少，甚至有一个村子，都自称是白家的后人，当然，这些纯属乱猜。

无论如何，白居易的个人生活绝不像他的婚史那样单调乏味。作为以写反讽诗见长的“摇滚青年”，他将作品的着力点放置于天下苍生、

劳苦大众，只有这样才能拥有众多粉丝，成为意见领袖。另外一方面，他的生活相当滋润，拿着公务员的工资，享受着明星的待遇，他最喜欢在白家的游船上招待客人，船内美女如云，四处吊着成百上千个酒壶，就算上厕所的时候，抬头都能抿上一口小酒。

史书记白居易体弱，然而他的欲望一点都不弱，晚年的时候，光歌舞妓就养了几百人，有名有姓出现在他诗中的有十几位，最著名的是“殷桃樊素口，杨柳小蛮腰”的樊素与小蛮。就这么一位老先生，当得知自己的小粉丝关盼盼在主人死后，独守燕子楼，竟然不仅没感动，还送给人家一首诗，说“歌舞教成心力尽，一朝身去不相随”，大意是人家把你培养成人，死了你都不跟着去！关盼盼被偶像这么说了，一通，没脸见人，真绝食死了。

这事成了白大诗人一生的污点，他觉得自己太倒霉了，随便开个玩笑，也能碰上个死磕的人。只是倒霉之人必有可恶之处，如果不是他骨子里视女人为玩物，也不可能想到开这么个玩笑，玩笑总有一半是真实的。

有些人，你看完作品再去了解人，会加一层喜爱，有些人，你看完作品再去了解人，需要一定的定力，才能不偏激不狭隘地继续喜欢他的作品；你必须想办法挤出自己心里时常冒出头的那一点点鄙视与质疑，这种感觉让人挺不舒服，摇滚青年白居易属于后者。

他关心卖炭翁同情琵琶女，却并未施舍给他们什么，却把大量的钱财捐给了寺庙，以求佛祖的保佑，晚年还顺便给穷困潦倒的才子张祜穿了穿小鞋，把自己在文坛的名声搞得彻彻底底，以至连文坛笔会都没份参加了。

一句跟着一句，一浪跟着一浪，

生怕哪一波平淡了，影响自己那怒放的生命受瞩目的程度。

唐

代双鱼座摇滚男青年，穿越到21世纪，成了巨蟹座摇滚男青年，两个星座的共同点都是对文学艺术敏感，有点小才华，以自我为中心，内心敏感脆弱——以至于爱说谎。

与白居易人生的异曲同工之处是，汪峰虽然长了一脸的苦大仇深，其实人生道路走得相当顺滑。他小蜜蜂般飘过中央音乐学院附中、附中直入殿堂级音乐学府，位于鲍家街43号的中央音乐学院，毕业分配进入中央芭蕾舞团，任副首席小提琴师，后来四平八稳的工作满足不了他的“野心”，他辞职做了一个乐队，名字就叫“鲍家街43号”。

鲍家街43号时期的汪峰也不贫困，只是还不至于有名，许多人拿他与“红星乐队”的主唱许巍相提并论，作为有才华却不得志的非主流摇滚人的代表。他们彼此却丝毫没有“惺惺相惜”之情。起初人们以为那是同行相轻，直到今天才看清是因为两人纯粹属于两路人，如果有人要许巍在演唱会上表演8分钟爱情告白，他会说你直接弄死我吧，尽管他的爱情更值得被表白，那个人从他在家乡做叛逆摇滚小兄弟时就在一起，直到现在。

关于汪峰的情史，八卦实在太长，无名无姓的一定比如今这些有名有姓的多。

两情相悦从来不是问题，想用道德的大棒打死一个摇滚青年的都是二货，然而，正如白居易的庸俗配不上他的名气，汪峰的庸俗也配不上他的歌词，他既不会老无所依，也不会被埋在春天里，他既不是走在《春天里》的诗人，也不是《北京北京》中那个孤独的背影，他的未来将是腰缠万贯，儿女成群。

目前所正面曝光的汪峰唯一一张其乐融融的全家福中的女人是未婚生子的模特葛荟婕。她17岁与他相识，18岁生下了女儿小苹果，汪峰时年34岁，男人在那个年龄对生育的渴望想必极其强烈。“他求我把孩子生下来，还跟我父母表态，说等我到了法定年龄就跟我结婚。”葛荟婕说。

第二年，汪峰与葛荟婕分手，分手理由是她做不了贤妻良母。“有一天我回家，看到小苹果在哭，而她在打电脑。”汪峰觉得为了女儿，这段感情不能继续下去了，于是他把女儿交给自己的父母。一个19岁的小模特，你责怪他不能做一个好母亲，这真不是人家能力的问题，而是你智商的问题。

一度，似乎摇滚青年想与一位贤妻良母白头偕老了，并且显然他找到了。

她微博认证的名字为康作如。他们相识6年，结婚3年，2013年3月，女儿八个月哺乳期时，汪峰提出离婚。2013年8月正式离婚，2013年9月13日，汪峰在微博

中宣布离婚。“终于，告别了曾经的那些烦忧的纷争；终于，看轻了这生命中不能承受之重；终于，可以和过往绚烂的虚妄说一声再见；终于，回到了一个人充盈清澈的生活……”能把移情别恋描述得如此高端大气上档次，你不得不承认他的才华，甚至他在歌曲中表现的才华，都不如他对于感情理解方面的“油菜花”的一半。

汪峰愁苦的表情还留在镜头面前，导演却将另一个镜头切换到了康作如。她说两人之间从不存在所谓烦扰的纷争，隐婚完全是为了汪峰的事业，并且人家从没影响过汪峰的任何工作和私人时间，家中所有的老人、小孩、包括汪峰生活上的事情都是她悉心照顾，即使最后汪峰要离婚，她都没反对。如此忍辱负重，都变成了人家生活中的“纷扰”，这搁谁身上都想不通，康作如还在声明中说：“我与汪峰的女儿将来会长大，未来对于父母的情感经历和单亲的原因，应该有客观的事实让孩子能了解其中原委。”

这两份声明，你更愿意相信哪一个？

一个男人高攀一个女人时，当然需要做出与过去决裂的姿态，以讨美人一笑，至于别人的感受，包括与自己DNA99%接近的那个小女孩，爱谁谁吧，那是她的命。

仅仅在两个月后，汪峰在一场演唱会上，向一位影坛明星用同样的句式表达了瞩目的热爱。

摇滚青年如此热爱排比句，甚至比爱女人爱女儿都更加热爱。

用力过猛，是没吃过苦，却知道苦痛的表达方式容易打动人心的摇滚青年的通病，他们将平坦的人生刻意过成了排比句，一句跟着一句，一浪跟着一浪，生怕哪一波平淡了，影响自己那怒放的生命受瞩目的程度。

坦率是新老两代摇滚青年的又一共同之处，白居易对女人的看法坦率到“十载春啼变莺舌，三嫌老丑换蛾眉”，汪峰对于爱情也坦率到他自己的感受就是全世界。后来接受采访时，他坦言八分钟告白并没有跟章子怡商量，这就不难理解，为什么章子怡在演唱会现场那深受感动的表情如此造作，作为一个从来不与“单纯”二字发生任何关系的女人，她除了假装很感动还能怎么办？总不能连演戏都不配合一下吧？

摇滚青年的生命一次次怒放，他们努力想拍掉身上的世故，世故与庸俗却牢牢地粘在他的皮裤上。一个自我得简直天真的人，没有办法走得更远，他们所表达出的对世界的理解，也不过是一次次出走与一次次回来。《我是如此爱你》与其说写给某一个人，不如说是他们爱情世界的单曲回放，音乐是旧的，人是新的。当然，也许有例外，这例外就是她的声名完全Hold住了他的游移，然而这样的天长地久，恰恰反证了他的庸俗。

内地

汪峰

也许有例外，这例外就是她的声名完全Hold住了他的游移。然而这样的天长地久，恰恰反证了他的庸俗。



谁能收拾掉 我的韩版婆婆

她不是在大事上跟你过不去，
而是在小事上没完没了。
一会指挥你干这个，一会指挥你干那个，
搞得人心里特别烦。

婆婆心理年龄比较小，爱跟公公撒娇，有时候还跟我老公撒娇。我跟老公结婚以前，觉得婆婆还是不错的，幼稚、没心眼，买件粉红色羊毛衫给她，她能高兴几天，但我没有意识到，心理年龄未满18岁的老人，是没有主见的，她们可能受到任何事情的影响，变成另外一个人。

我跟老公结婚以后，婆婆基本就不做家务了，其实以前她也不做什么家务，只是给自己的老公、儿子做做饭，确切说主要是给儿子做，一顿饭能做三个小时，一天做三顿饭，她就比总统还忙了。如今儿子离家，婆婆就解放了，公公做什么她就跟着吃什么，有时候两人还去饭馆吃饭，日子过得很逍遥。闲来无事，婆婆开始看韩剧，并且一发不可收地迷恋进去了。

起初，婆婆只是依据韩剧里面中年女性的模样打扮自己，每天晚上给头发上发卷，即使在家里看电视，也要化妆，穿时髦的套装。周末我们回去，婆婆下厨房做饭，也不搞炒菜了，嫌油烟大，伤衣服伤皮肤，要吃火锅，要吃煮面，她还学会了做冷面，可惜忙活一场，我们都不爱吃。

这些其实我都不在意，反倒觉得挺好玩的。婆婆第一次让我很不爽是她非逼我给我老公夹菜，本来一家人都那么熟了，根本没必要讲客气，连我老公都不习惯，但婆婆执意要这样，气得我饭没吃完，就离开饭桌了，刚准备在沙发上坐下，婆婆又开口了，她说大家都还没有吃完饭，你不能自己先下桌。我回头看她，她脸上高高在上皇太后似的表情，真是把我惊着了，冷冰冰的，没有一点温度，再穿件貂皮大衣，就活脱一个《秘密花园》里金社长的妈。

婆婆待在家里什么事情都不做，不知怎么还落下个肩周炎的毛病，阴雨天疼，睡觉姿势不对疼，总之一天到晚在喊疼。我们周末回去，她叫我帮她按肩膀，一按就是半个小时，她叫到头上，我不好意思拒绝，心里真的不习惯这种肌肤接触，我说带她去找盲人按摩，她不肯，说这么点小事，还去找别人干什么，自己又不是没有儿媳妇。嘿，好像儿媳妇天生就应该干这个活。总之，她也不是在大事上跟你过不去，就是在小事上，一会指挥你干这个，一会指挥你干那个，搞得人心里特别烦。这样的事情多了，我就不愿意跟老公一起回他家，总是找借口回娘家。

婆婆跟我老公抱怨，我老公帮我顶住了，她竟然亲自跑到我妈家来理论，想起来真是挺好笑的。那天是星期天，我听到门铃响，

是心有不甘 消耗了 我们的 岁月

她把电视剧当真，你又把她太当真，两个人同时在不该认真的地方认了真，日子可真就没办法过下去了。

就跑去开门。一看婆婆打扮得像刚从韩剧里走下来似的，穿着大花西服套裙，蓬松的头发电成大卷，丝袜是带银线的，香槟色的高跟鞋，白色大珍珠耳环，更梦幻的是她手里还拿着一束白色带紫边的桔梗花。我妈被婆婆的阵势吓着了，虽然我跟她说过，我婆婆迷恋韩剧，一天到晚臆想自己是韩剧里的坏婆婆。

“亲家母，我建议你看看韩剧，看看那里面的女孩是怎么做人家儿媳妇的。现在年轻人都把传统丢光了，一天到晚想什么就做什么，怎么能行呢？”婆婆拿捏腔调地说，我妈只好问她为什么生气，她说因为我两个星期都没有跟老公回公婆家，还说我明知道她病了，也不去照顾她。

我妈是个老实人，碰到这么洋气的婆婆，明显气场不足。我只好跳出来，我妈也病了，我妈只有我一个女儿，没儿媳妇，难道她病了就活该没人照顾？

婆婆夸张地做了一个用手捂嘴的动作，态度忽然戏剧化地来了个一百八十度的大转弯，接着我妈问哪里不舒服，还主动要求来照顾我妈。

看着我妈满脸尴尬，我后悔拿我妈来做挡箭牌了。

第二天，婆婆真的一大清早就拿乐扣的饭盒装了一盒汤，跑来喂给我吃，我妈只好说自己的病已经好了，下周就不让我回娘家了。

婆婆还给我老公洗脑，告诉他女人应该怎样照顾男人，什么样的女人才是好老婆，拿韩剧里的贤惠儿媳跟我比。开始我没有多担心，觉得老公是受过高等教育的，不会跟他妈一般见识。开始，他也会把这些当笑话讲给我听，慢慢地，我却发现他其实还是受了他妈的影响，只是可能连他自己都没有察觉。

以前，他回家后会把自己的衣服收拾得很清爽，不知什么时候开始，他下班回来就把外套往沙发上一扔，我说他，他说老婆，你帮我挂到衣帽钩上嘛；洗澡的时候，自己不拿衣服，在卫生间大呼小叫地让我给他送衣服；有时候连马桶都不冲，还不以为然地觉得我帮他冲了是顺手的事，根本不应该抱怨。

男人骨子里可能都挺想要一个贤惠太太，但他不想想，我要上班，有生理期，还有自己的社交，怎么可能像电视剧里的女人一样，整天围着丈夫以及丈夫的家人转。这些道理跟婆婆讲不通，她就认准了我们一家人应该像韩剧那样生活，甚至开始对我的穿衣打扮吹毛求疵。我天生骨架比较大，肩宽，适合穿休闲的衣服，婆婆给我买的甜美范儿的韩版套装，我穿着实在不好看，衣服挺贵的，浪费了我也觉得可惜，但当初也不是我让你买的呀，凭什么说我是败家女？

婆婆经常教导我们夫妻相处之道，不外乎是女人要贤惠，男人要忠贞，说到动情处还挤两滴眼泪，好像她的一片好心都喂狗吃了，但只要一想到她这些做派都跟韩剧学的，我就同情不起来，觉得她所表现出来的一切都是假的。我上班的时候，婆婆一个电话打过来，说你要好好照顾你丈夫，男人在外面辛苦工作，不容易，我就知道她又被韩剧的某个情节或台词打动了，非要在现实生活中演一遍才算过瘾。

结婚三年多了，因为婆婆，我一直没有下决心生孩子，总担心我跟这家人过不长，生了孩子也是害孩子。最近婆婆对生孩子的事盯得很紧，还搞了一些中药汤水给我喝，我问是不是《大长今》里的方子，她就露出很有成就感的笑容，好像自己真是神医了。

真不知道该拿婆婆怎么办，生了孩子以后，她一定会更多事。想到这些，我对未来完全失去信心。

恋爱的时候，我们以为结婚就是终点，结了婚才发现，一切麻烦其实刚刚上路。

你婆婆算是比较滑稽，但绝不算是特别极品，至少在我们这个栏目中，比你婆婆难搞一百倍的婆婆都有。

对于心理年龄明显小于生理年龄，看个电视剧都会产生很强代入感的婆婆，你有兴致的时候，陪她演演戏其实也损失不了什么，兴致不高，懒得理，她其实也拿你没办法，最多唠叨两句，天下又有哪个老人不唠叨的。她把电视剧当真，你又把她太当真，两个人同时在不该认真的地方认了真，日子可真就没办法过下去了。

最简单的，她给你买的那些昂贵而又难看的衣服，你周末穿去她家，让她开心一下，其实也掉不了一块肉，你硬是犟着一次都不穿，就是为了证明她是错的、她不了解你、你根本不适合那件衣服，可证明了这些又如何呢，你明明知道她是不可理喻的呀。

拼命地跟不可理喻的人讲道理，表面上是正确的，实际上绝非明智。人生不是为了含辛茹苦地教育谁，改造谁，每个人都有义务让自己过得舒服一点，如果你的退让可以让大家都舒服一点，又何必自讨苦吃，因为改造别人而让自己的脸上多了皱纹，实在太便宜那个别人了。

至于你婆婆对你老公的影响，你完全可以立刻纠正过来。河东狮吼兼经济制裁，瞧他还敢充大尾巴狼。绝不要心里充满着对你婆婆的怨恨，却对你的丈夫心慈手软，甚至觉得他的变化是可以理解的。男人的思想问题需要立刻纠正，这对你来说才是正经事，你又不跟你婆婆生活一辈子。

搞定幼稚婆婆，简单一句话，哄她开心。如果你问凭什么，就凭她如果不开心，就会找事让你不开心。说来说去，哄她开心是为了你生活简单，这个道理，真的就有那么多女人不明白。其实也不是不明白，只是不甘心，在不甘心中，我们浪费了多少原本能够风平浪静的日子。

当然，如果你只是厌倦了现在的状态，想要换一种活法，离婚并非不可以。我们一向对选择离婚的人说“恭喜，新生活开始了”，但如果你只是想要换一个新婆婆，那很可能是奋力陷入更深的牢笼。



致被岁月偷光顾的你

你不能永远把我圈在你触手可及的世界里。

谋杀海力的你

6月的周末，你叫我回去，要和我商量给海力安乐死的事。海力是只不太纯种的金毛，它是我18年前的生日礼物。这大概已是它年龄的极限了，可以想象得到它的老态。右眼已经看不清东西了，耳朵也不太好，不久之前，它还长了肿瘤。你听从医生的意见，要帮它安乐死。

你在电话里说：“回来看看吧，星期天，我就带它去宠物医院了。”

这个决定，我有点接受不了。你知道的，我十分内向。母亲在鞋厂火灾里不幸遇难那年，我才10岁，这件事让我变得更加自闭，几乎不和任何人来往。那时你真担心我，每天捺着性子陪我聊天，或是讲书上看来笑话。后来你听别人的建议，让我养一只小动物——就是海力，你在我生日那天把它送给了我。因此海力在我眼里不只是一只宠物，它是我

的朋友，我家里的一员，是它陪伴着我走过漫长孤独的少年时代，所以从感情上来说，我无法接受它的安乐死。

周六，我一大早就赶回去了，进门就看见你坐在客厅的沙发里看新闻。沙发边上，海力睡觉的垫子还在，但海力却没有了。我忙问你：“海力呢？”

你不紧不慢地说：“我怕你回来拦着，就先带去了。”

我顿时和你发了脾气，我说：“你怎么这么狠心啊！你这是谋杀。”

你依然爱理不理地说：“它活着太辛苦，我得帮它。”说话的口气就像扔掉一袋垃圾一样无所谓，我闷声不响地坐在一旁掉眼泪。

这一天距我们上次见面已有三个月，我们就在沉默和《新闻联播》的陪伴下，度过了。

无处不在的你

翌日清晨，你照例早起，做好早点后叫我起床。然后擦好车子，戴上雪白手套，送我去火车站。这是你开的第二部出租车吧，不起眼的老普桑，看起来和你一样，有股守望的陈旧气息。

那天，你只送我到下客点，然后落下窗子说：“一个人小心点，有空回来看看。”我随口答应，急匆匆地走了，去买苏州的动车票。我听见身后有人在催你快点走，可你还是等了一会儿才开动车子。你说，你习惯了看不清我的背影再离开。

应该是2007年，我应聘到苏州保税区上班。那时南京不是没有合适的工作，但是我想离开你。记忆中我几乎从没离开过你，甚至大学都离家不过20分钟，你简直无处不在。记得一次，我和朋友K歌聚会，出门就碰见你的出租车在楼下等客人。一个男生喝醉了，搂着我的腰，暧昧索吻。你很快下车，一句话没说，就狠狠给了他一拳。

现在想起来，那时候你还蛮帅的，动作干脆利落，一招就把那个男生打倒在地。可是当时的我又尴尬又愤怒，你应该知道为什么吧。

那个男生叫董博，现在是你的女婿。所以找工作的时候，我有意选择了苏州。虽然苏州离南京只有一个多小时的车程，我依然觉得，我总算是离开了你。

戒烟的你

说起董博，他也算很用心地讨好过你。董博发了奖金，买了平板电脑让你玩。你说：“拿走，我玩不了高科技。”后来我们在苏州买了房子，要接你去苏州住一住，你仍然呛着他说：“我还没老到不能动呢，不用你费心。”

董博有时候真是不明白你为什么总看不上他，其实他是不了解你，你不是不喜欢他，只是难以接受一个拐走你女儿的人。

这是你的原话。你总觉得，我是因为恋爱才会远离你。可是爸，真不是，我只是受不了你。每个孩子都要有独立的那一天，你不能永远把我圈在你触手可及的世界里。

去年中秋，你打电话要我回去。董博有工作脱不开身，你也不介意，反正你们也互不待见。你说要带着我去兜兜风，那时海力还在，你载着我们一路去了秦淮河。小时候特别喜欢让你带我和海力游车河，可现在堵在车河里，真心很烦。等我们到达河边的时候，天已经全黑了。你看着缓缓游弋的画舫说：“我宣布，我戒烟了啊。”

我扑哧一声，就笑了。

说起戒烟的事，真是老话题了。你应该戒了无数次，最长的一次是从我高二开始的，我说我闻着头疼，你便把抽了几十年的烟戒掉了。你真的再没抽过，直到后来，董博上门来提亲。那时候他刚上班，只拎了一篮寒酸的水果来看你。他说他没什么钱，也没房子，但他会一辈子用心对我好。

你看着这个被自己揍过的男人，不说话，眼里满是怀疑和担忧。我说：“爸，你就答应吧，我们分不开了。”你停了半晌，对董博说：“我同意，就因为我女儿喜欢你。这篮子水果你拿回去，我什么也不要，我只要一句承诺，这辈子对我女儿不离不弃。如果你食言，我绝对放不过你！”

那天我高兴极了，晚上做了个热闹的好梦。只是第二天起床，我才看见你一个人站在阳台上。你大概是一个晚上没睡吧，两眼都凹了下去。晨曦的阳光，照在你的花白的头发上，泛着淡淡金光。

我说：“站在这儿干什么？”

你说：“我不知道，答应那小子是为你好，还是害了你。”

那天，我在阳台上，看见一地的烟头。你戒了7年零4个月的烟，就在这一天，终结了。

紧紧攥住我的你

今年8月，你又打电话来叫我回去。是个十分繁忙的上午，我正在开会。你的语调很平稳，说：“今天回来一下，我眼睛看不清了。”

我急着开会，听你语气不是那么急，就让你等一下。而这一等就到了晚上，我赶回南京时已经8点多了，天空透着低暗的蓝。我打开房门，发现房间里是黑的，你一动不动地坐在沙发上，只是把头扭向我这边。我打开灯说：“怎么不开灯呢？”

你微微侧了侧头说：“我看不见了。”你仍然一副不紧不慢的样子，一只手垂在沙发旁。海力的垫子上多了一只毛绒狗，那只玩具狗真大，像海力一样大，你轻轻摸着它的头。

我被你的失明吓坏了，埋怨你说：“这么严重，怎么不说清楚呢？”

你说：“我不是怕耽误你工作嘛。”

那一天，我带你去医院，路上先在馄饨店吃了碗菜肉馄饨。那是你这天的第一顿饭。你看起来就像平常一样沉着，和医生讲你的情况，跟着我，楼上楼下的检查。只是你的手一直紧紧攥着我的胳膊，传来微微的抖。

我想，陷在黑暗里的你到底是怕了吧。可你在回家的路上，依然死撑地说：“挺好的，这回家里可省电了。”

被时光盗窃的你

要我怎么说明呢，看你的病例才知道，去年你的视力就已经开始减退了。中秋那天，是你最后一次开你的老普桑。

你在医院里住了一个月，查出糖尿病和高血压。我看着都替你着急，可你说：“没什么，都是死不了的病。”

那段时间，你的视力已经开始恢复了。我和董博接你去苏州，方便照顾你。你推三阻四的，还是来了。你只带了一只皮箱和海力的垫子，以及那只玩具狗。你仍然把它们放在沙发边上，一边戴着墨镜听收音机，一边摸它的头。有时，你还会絮絮叨叨地和它说会儿话，大多是新闻里听到的事。董博私下问我：“你爸，是不是脑子有毛病了？”

我踢了他一脚。

那天晚饭之后，我陪你一起看电视。我说：“我再给你买只金毛吧，干吗摆个玩具的？”

你说：“新的也不是海力。”

我问：“你那么喜欢海力，为什么还要送它去死呢？”

你叹了口气，慢悠悠地说：“我就是喜欢它，才会懂它。它的前半生是你的朋友，但它的后半生，是我的老伙计。那么多年，我们一起走过来，我舍不得它遭罪。老了，就是这个样，身上没有一天舒服的。吃饭流口水，小便尿一身。一辈子的尊严，到老都丢光了，其实活着比死难受……”

我打断你说：“别胡说，人老了，哪有那么可怕。”你却转过头，摘下墨镜望着我，说：“傻姑娘，人都得经历生老病死，谁都不例外，如果我有那么一天，让我坚持活着的理由，可能就是它。”

我默默听着，喉咙堵着说不出一句话。我忽然想起从前开车送我上学的你，精神抖擞的，戴着雪白的手套；还有载着我和海力去兜风的你，不停地讲着不好笑的笑话。甚至是从车里冲出来，一拳打倒董博的你，那么强悍而有力……岁月真是偷盗的高手，不是吗？它竟在我毫无察觉中，窃走了你的健康与年华。

你说：“我身体没什么事了，下星期我就回了。”而我却忽然抱住你说：“爸，不要走，真的不要走。”

是的。我离开你这么久了，请让我守在你身边，给我一次机会，照顾你。

长久的不是爱 是合适的生活方式

年轻的时候，我爱的是你爱我，慢慢成熟，我爱的是你的生活方式，或者说你能够给我的生活方式。

1

爱情固然是重要，
为了爱情而放弃自己热爱的
生活状态终究不是现实，
他爱上了她是事实，
更严重的事实是她能够提供
他要的生活状态，
这正是他当时梦寐以求的。

人们一方面探究美好婚姻的共同之处，另外一方面却宁愿相信那些美好的婚姻皆为特例。

他与她是特例中的特例。

他是香港演艺圈人，上世纪八十年代，作为总摄影师参与了轰动一时的小清新电影《欢颜》的拍摄，还独立执导了《决战天门》、《少林达摩》等港片，倘若坚持到今日，大约已是名导。在旁人看来十分顺利的人生的某个十字路口，他却忽然彷徨起来。那是拍完《少林达摩》的日子，从嵩山外景地回到香港，他有种猴子掉入了大马戏团的感觉，对每日无穷无尽的忙碌产生了极度的厌倦与恐惧。

人生究竟要怎样？50岁开始思考人生也并不算晚。

1992年的深圳街头，他遇到了她。她是深圳最普通的打工妹中的一员，来自重庆，算不得漂亮，时任酒店服务员。他搭讪了她，她对他的温文尔雅颇有好感。

28岁的年龄差距是个问题却又不算问题，倘若两情相悦，倘若彼此的需要，对方恰好能够满足。

他与她一起回到重庆北碚的一个小镇，在她的家乡，他好奇于茄子挂在枝头的模样，好奇于水稻长在水中的模样；他喜欢那安静的山水，那悠闲的人们，他们打麻将时所发出的声音，在他看来才是人类应有的声音。

倘若不是为了生计，谁愿意背井离乡？他不仅帮助她解决了生计问题，更愿意与她一起回到她的家乡。

他们就这样，成了位于城市边缘的小镇上的传奇，人们都知道她的丈夫是香港人，说英文喝咖啡，却并不知道他是一位成功的电影人，他拍过电影的海报藏在小书房的书架上。每天，他都会看报纸的娱乐版，找寻过去生活的痕迹，看看他所熟悉的人生活中发生了什么。

当她为了打发时间，决定在小学校门口开一间小面馆的时候，他亦赞同。于是她早晨三四点钟开始张罗一天的生意，他睡到自然醒，去太太店里帮忙，收桌子、洗碗、送外卖，生意闲的时候坐在店门口喝咖啡——在这里，他只能喝到速溶咖啡。

她称他为“先生”，她说自己过去从未想过，会称呼自己的丈夫为“先生”。

他叫余积廉，她叫蒋学梅，他们的故事被描述成一个大导演为爱献身的传奇。

这是感动越来越廉价同时越来越容易过时的年代，媒体采访一对与众不同的夫妻，想当然地便会将他们的生活状态归结于一种基于爱情的“付出”，仿佛只有牺牲是伟大的。拿到登着自己消息的报纸，看到“为了爱情，知名导演躲进小镇卖小面”的标题，他大约是会心一笑，对于当时的他来说，爱情固然是重要的，为了爱情而放弃自己热爱的生活状态终究不是现实，他爱上了她是事实，更严重的事实却是她能够提供给他的生活状态，正是他当时梦寐以求的。

2

你爱他，却并不爱他所要的生活方式，或者他爱你，却给不了你喜欢的生活方式，是许多爱情走向破灭的最重要原因。

什么样的爱情可以长久、稳固、地老天荒？不是抽象的“我爱你”，而是因为爱情得到自己想要的那种生活方式，倘若世间果真有一种感情可称完美，这就是完美爱情，也唯有这样的爱情，两人身处其中，才不容易又怀揣了三心二意的梦想。

周迅曾说李亚鹏满足了自己对于男人的全部梦想，于男欢女爱而言，一对男女的互相满足并不是太难的一件事，然而，当李亚鹏想要当爹，周迅却完全不能够认可结婚生孩子这种生活方式，至少在当年的她来说，这是完全没有可能的事。分手很干脆，大家都太清楚自己所要的生活，这是挺好的一件事，更多的是那些粘粘糊糊，在一起互相折磨，分开又要死要活的，他们对于自己或他人，都存着一些幻想；或者心知自己所向往的生活方式，却假装糊涂，以为时间可以改变一切，或者不能够明确明白自己想要的生活方式，以为两个人在一起比一个人在一起更容易走出迷局，却不知道两个迷路的人在一起，如果不活成一摊泥，也只能活成一团谜。

你爱他，却并不爱他所要的生活方式，或者他爱你，却给不了你喜欢的生活方式，是许多爱情走向破灭的最重要原因。

当年爱得你死我活的陈凯歌与洪晃，最后几乎为“谁应该给谁下面条”这个问题大打出手，他们最终的彼此厌倦，缘于各自的生活方式被完全打乱，甚至失控。男人以为结了婚，就会被照顾得很好，结果却发现他得到的不是这样的生活，而是结婚后，就要去照顾一个“疯”女人。

“爱着你的爱，痛着你的痛，幸福着你的幸福，悲伤着你的悲伤，”倘若这样的和谐世界果真存在，那也是因为付出方的理想生活就是全心全意地照顾一个人，在大千世界中找一枚太阳而不是一个伴侣，而自己只要围着太阳转就心满意足了。话说回来，那也得人家太阳有足够的光芒，才成就了太阳与地球之间的和谐；如果没有，就成了地球与月亮之间的关系，月亮不出轨都不行——既然在你这儿什么都得不到，我固然可以表面上还是围着你转，但跟太阳有一腿，找点温暖，也是人之常情，何况我得到的那点温暖，还能照亮你的黑夜。

在婚姻中，人们想的最多得永远是自己，那些活出自我者与为爱付出者没有分别。为爱付出者的付出，最终指向的依然是回报，无论是他所爱的那个人的回报，还是全社会在道德层面上对他所做出的回报。

如果余积廉是为爱付出，他们的婚姻一定走不到今天。爱当然存在，支撑他做出当初那个决定，并且走到今天的，是他真的厌倦了香港，厌倦了过去的生活方式，在他迷茫、困惑，再不改变就会死的时刻，她出现了。“压力很大，交片时间延误，会付出巨额赔偿。有时，为了生意，一晚上要辗转四五家夜总会。累！身体上的累是次要的，关键是心累。”他这样描述自己在与她相遇之前的状态。

或许他并不清楚路在哪里，要选择的生活是什么，是完全属于另一个世界的她的出现，让他的理想变得明确起来——小镇就是他想要的生活，从这个意义上，她有恩于他。此时，即使在香港，有一位与他十分相爱的红颜知己，他依然会选择蒋学梅，因为他爱与蒋学梅在一起的生活方式，这种爱可以超越男欢女爱，超越风花雪月，这是真正与他自己有关的爱，是看得到前途的爱。

爱要两情相悦，即使是一团谜也无所谓，在一起却是一定要看到前途，若你不爱与他在在一起的生活方式，你们的爱终究是没有前途的。

爱情的悲剧总是始于我们对于生活抱有不切实际的幻想，以为只要有爱，什么样的生活其实无所谓，女人尤其易于如此。

一个不喜欢他全家，不喜欢他的习惯，不喜欢他的朋友的女孩，只因为他对自己万般的好，上床无比和谐，与爱情有关的化学反应像生活大爆炸，便决定嫁给他。她没有想过，两人之

间的化学反应最易改变，根深蒂固的是每个人的生活方式，即使你能做到让一个人由不爱变成爱，却很难做到让一个人从大男子主义变为绅士，从什么都不在乎变得细致入微。

“我爱他，他却不能给我想要的生活”与“他能给我想要的生活，我却不够爱他”虽都不尽完美，两相比较，却是后者可能带来更为稳定和谐的关系，这或许是爱情的悲哀，却也正是爱之意义所在——爱情并非为生活服务，而是单独存在的，甚至爱情是高于生活之所在，它的真实之处正在于它的不管不顾。爱与生活和谐统一只有一种可能，那便是相爱的两个人，不仅相爱，更能为对方提供他所需要的生活方式，他们爱上的并非爱情本身，而是在一起的状态。那是令大家满意的状态，而并非谁为谁改变，谁为谁牺牲。

明白这样的道理，是要经历一些事情的，年轻时的我们，即使装得成熟老成，也容易将生活看得过于简单。

也有一些人，一生都不明白自己想要什么样的生活方式，他们的婚姻是注定不会幸福，原因不在于他们遇到了谁，而是无论遇到谁，他们都会很快厌倦固有的生活方式。他们是热闹惯了的，只要很多的爱，只看别人如何生活，而从不解剖自己的内心，寻找自我满足的生活状态，她们一次次地爱，爱上的却都是爱情的影子。

对于爱情的分析没有任何意义，世间存在千万种爱，每一种都不同，然而，当爱与婚姻联系在一起，爱就不得不放下自己清高的女神面孔，变成有规律可循的小文员，你不知道如何做女神，却一定明白什么样的小文员是合格的。

年轻的时候，我爱的是你爱我，慢慢成熟，我爱的是你的生活方式，或者说你能够给我的生活方式。

相爱的两个人，能为对方提供他所需要的生活方式，他们爱上的并非爱情本身，而是在一起的状态，那是令大家满意的状态，而并非谁为谁改变，谁为谁牺牲。

3

偶像派门厅 够靓是原则

作为一
家人的
门面担
当，小
门厅表
示压力
山大，
它开门
见山地
彰显全
家格调
品位。
毕竟，
心灵美
太深不
见底，
拥有一
张能快
速兑现
好感值
的颜，
人生才
能so easy。



改造前
改造后



我的改造日记：

1. 我家门厅格局有限，很难找到占地面积小容量大的鞋柜，鞋子只能直接堆放在门口。
2. 家里装修风格偏怀旧，深棕色木地板和黑色家具的组合显得色调暗沉，让整个门厅区域缺乏生气。
3. 门厅储物功能的规划还有欠缺，零钱包钥匙玩具等等还处在无家可归状态中。
4. 孩子今年开始上小学，我想把小孩的学习规划、手工课的成果等等贴在门背后展示，希望能做到赏心悦目又大方。

一见倾心小门厅

本期读者：王女士，服装采购

读者自选改造空间：门厅

每次有朋友来我家做客，第一眼见到的就是捉襟见肘的小门厅，进入年末这个开门迎客的巅峰期，一整年辛苦搏这个月的体面感情，不收拾熨帖实在有点对不住自己。如果说换个发型能让人年轻五岁，那么换个亮眼的门厅，应该也能让略显陈旧的小家逆生长五年。

本期
主题



2013.10.25

在宜家参加生活课堂，设计师轻松搞定巨赞的改造效果图。



2013.10.26

组装进行中，美貌满满的鞋柜即将登场。



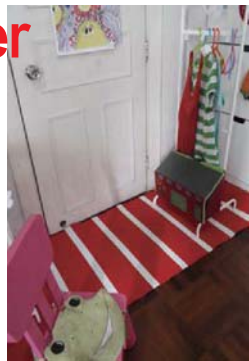
2013.10.27

和家里小朋友一起动手完善细节。

花絮

After

Before



心思点评:

洛霍特平织地毯不但能对付鞋底污泥,还能让门厅色彩瞬间变得饱满亮丽,价廉物美必须好评。



Before

After



心思点评:

挥别老旧折叠椅和杂乱鞋堆,针对孩子上学的新需求配备艾格特网篮,分门别类地放置玩具和学习用品,小门厅同样可以拥有完美的储物功能。

门厅不变不迎客

Yan Liang

九年室内设计经验,加入宜家6年,现为宜家商场卧室区域的室内设计专家,曾负责厨房、客厅等主要区域的室内设计。擅长色彩搭配和实用的生活家居解决方案。



王女士希望门厅能兼顾家人的一切需要,又担心空间有限无法大展拳脚。其实只要经过细致的规划,再小的门厅都可以功能齐全。讨论方案时,我的建议是用小单品丰富门厅色彩,大家具依然采用稳重的白色款,这样以后即使有了新的审美需求,更换小物件即可达到易容的效果。

王女士一家的改造效果挺好,拥有大储物能力的鞋柜和网篮扩展了区域空间,多款暖色单品又增添了门厅亮眼程度。美中不足的是衣帽架会阻挡鞋柜开关,如果选用占用空间小的克罗基衣帽架,会让门厅功能发挥得更游刃有余。

小门厅一见钟情速成班

清理掉门上乱张贴的小纸条,挂上纯白色的斯邦坦磁性板,把孩子画作和学校通知用磁片一帖,重要事项从此轻松掌控。



玛莫特儿童椅用耐用塑料制成,除了易于清洁,粉色甜美外观还能持续提升门厅美貌值。门厅换鞋再不用像以前一样使出撑蹲跪的三板斧了。

过去鞋子既多且乱,斯多尔三门鞋柜妥妥解决这个困扰全家的大难题,白色款不但造型百搭,还能一次收纳24双鞋,每人用一层,大大提升出门效率。

购物清单



①



②



③



④



⑤



⑥



⑦

用质感十足的斯帝摩烛台,配上收纳功能满分的穆利格衣帽架,原来格调就这么简单。



(其中1000元为宜家免费提供的改造基金)

1. 斯帝摩烛台……………¥89.00
2. 费布勒比约毛绒玩具…¥9.90
3. 玛莫特儿童椅……………¥59.00
4. 洛霍特平织地毯……………¥79.00
5. 艾格特……………¥179.00
6. 斯多尔三门鞋柜……………¥999.00
7. 穆利格衣帽架……………¥99.00

合计: ¥1513.90

即使最安静的淑女也有最疯狂的想
法。性爱从不排斥疯狂，甚至从人类
直立行走，学会思考开始，关于性爱
的疯狂想法就是我们区别于动物的重
要标尺。
有些疯狂的想法止于想，有些可以做，
不管是哪一种，疯狂是无罪的。

再疯狂，Sex first 你还能玩出宇宙飞船来？

②

老公一个月都不跟我做一次，孤枕难眠时，我常常幻想一夜性，在酒吧找个看对眼的男人，狂欢一次，解决生理问题，然后两不相欠，也不伤害婚姻。我可以一方面选择稳定的婚姻，另一方面选择让其他男人满足自己的性欲吗？

A: 当然可以，人生而自由，何况是他先违反了婚姻的协定，《婚姻法》虽然没有对性爱标准强制规定，但一个月都不做一次，摆明是没有尽到丈夫的责任。

然而，一方面要稳定，一方面要一夜性，本身是矛盾的，所以你唯一需要考虑的是失控问题。如果其他男人满足了你的性欲，你是否还能像现在这样没事儿人一样睡在家里这个男人身边？如果你在外面找到了充足的柔情蜜意，是否还有能力或必要维持稳定的婚姻？就算稳定的婚姻对你不是问题，你可以为了爱情而抛弃他，能够与你发生一夜性的男人，是否能够在你抛弃现有一切之后，给你稳定的生活？

如果性就是一切，当然很简单，只是女人常常因为性，而需要更多。

③

我想自己录一段性爱小电影，需要什么工具？他好像不太愿意，我该如何说服他一起出演？

A: 普通的家用录影机完全够用，并且照相机，智能手机也都有录像功能，淘宝上还有大把的针孔摄像机，价格不贵，质量有保证。即使他不愿意，你也完全可以神不知鬼不觉地录上一小段。当然，你不能指望它像情色电影那样唯美，并且要做好在观看的时候，为自己的小咪与他的肥肚腩感到难为情的心理准备。

男人往往就是因为对自己不抱幻想，才死活不愿意充当A片男主角。即使拍摄家庭A片，也得有陈冠希的自信，或某某某的自恋，才能爱上这件事。

①

去年剖腹产的时候，我第一次剃光隐私部位的体毛，自我感觉特别性感，但当时因为特殊情况，我们不可能有性生活，等有性生活的时候，隐私部位已经复原了。我特别想自己再剃一次，甚至希望把他的也剃光，这个念头想想就让我兴奋，我应该告诉他吗？我男人比较古板。

A: 当然应该告诉他，但不要指望他一定能接受，或者至少不要指望他愿意与你一起“脱光”。中国男人假正经惯了，有情调的不多，糟糕的是还大男子主义，即使胸中有波澜，也不太愿意配合太太的疯狂，尤其他们可能还觉得体毛关系到男人的尊严。

但请相信我，你的这个提议会让他心里蠢蠢欲动，焕发新的激情，并且他们内心深处，其实是渴望与太太百分百纯天然接触的。这件事协商的结果，多半是你剃他不剃，如果真的感觉好，也不必觉得这对你是不公平的。只是，要做好清洁工作，并且毛毛刚长出来的时候，扎扎的，真的不太舒服哦。

关上灯 男人是员工 女人是老板

专题
嘉宾

小聪聪 29岁 心理学硕士

王斌 32岁 艺术男，拍过纪录片、地下电影，现为酒吧老板

才子 30岁 潜伏在公务员队伍中的性学专家，热衷于看原版专业书籍

Q: 我老公出国半年，回来跟我讲国外换妻俱乐部的事，他说人家相当人性化，只要所有当事人都出于自愿，根本不违法，并且这事儿会办得非常有趣有格调，也不会影响夫妻关系。他是不是想引诱我搞换妻，如果我不同意，会影响我们夫妻感情吗？

A: 首先，你应该感谢他把这样的理论与想法讲给你听，至少说明人家尊重你、信任你；其次，你如果接受不了，应该直言不讳地告诉他，就算在美国、在欧洲，能接受这件事的人也不多。你不同意，只会让他有点失望，为迎合他而委屈自己才影响你们夫妻感情。

Q: 据说男人都有这样疯狂的想法，就是同时与太太以及太太的闺蜜一起上床，这是真的吗？

A: 如果我说这是真的，你就准备与你的闺蜜这么干吗？或者干掉你所有的闺蜜？

Q: 我不过是想在白天做一次，他就觉得我的想法很疯狂，他是不是太无趣了？

A: 他不会真觉得你很疯狂，比这更疯狂的想法他不知道有多少呢，他只是觉得在白天做这件事，没意思。

Q: 上周，我们试验了一种新姿势，结果不小心发出特别恐怖的声音，他很兴奋我很尴尬。昨天他又用那个姿势，却什么也没有发生，他很扫兴的样子，他为什么喜欢那么可怕的声音？

A: 他喜欢一切新奇的东西，而不一定是美好的。

Q: 我发现男人是想得多，实践得

少，女人一般是想到了就去做，为什么？

A: 因为作为任务的主要执行者，男人需要考虑的问题比女人多得多，达不到预期效果，他们要负主要责任，而女人往往只需要告诉男人，她想怎么样。女人是老板，男人是员工。

Q: 男人究竟喜欢有想法的女人，还是没有想法的女人？

A: 你会因为男人的喜欢而从一个有想法的女人变成一个没想法的女人吗？

Q: 自从看了一部叫《海盜王》的情色电影，我就特别希望他穿海盜的衣服跟我性交。我应该跟他商量还是悄悄买套海盜的衣服送给他？

A: 请他一起看一遍那部电影，然后告诉他，你最想要的生日礼物就是他穿着海盜的衣服与你性交。如果他觉得这件事不那么难为情，并且因为省下为你的生日买礼物的人力与财力而沾沾自喜，这事我看行。

Q: 他跟我上床的时候特别古板，在网上跟女网友聊天的时候，又什么话都敢说，为什么？

A: 现实生活中的失败男人，都是靠在网上泡无知小美眉而获得活下去的勇气。

Q: 我前男友特别开放，在床上什么点子都能想出来；现在的老公却古板到了极致，我故意讲前男友的事刺激他，他丝毫不为所动。他到底怎么想的，真的丝毫不介意吗？

A: 他只是暗暗为你的智商“捉急”，有什么好介意的，你们就算玩出宇宙飞船来，还不是分手了？

④

我经常梦到被人强奸，然后强奸犯改邪归正，我们爱得惊天动地，死去活来，性爱和谐得一塌糊涂。请问这是什么心理，是不是意味着我老公不能满足我？

A: 你精力旺盛、性欲强大、占有欲强，是一个以征服他人之乐，并且不容易被征服的女人。我们常常说梦境是相反的，并不是说现实发生的一切都会与梦境相反，而是一个人梦中表达的诉求往往与他在现实中的表现相反，可以说，梦中的你，代表的是潜在的、另外一个自己。

不要轻易把责任推到你老公身上，你总不能指望他来强奸你吧，即使他真的满足不了你，也不是他一个人的问题。在婚姻中，我们所能获得的性满足原本有限，婚姻讲求专一稳定，而性的满足在新奇与动荡中更易实现。

梦境也是一种满足，人生需要有梦，如果把梦想都实现了，人生可真够无聊。

⑤

我一直幻想能像体操运动员一样性交，最近在练习瑜伽，身体柔韧度有很大提高，但我老公在床上还是老三样，配合不了我，其实我也不知道应该怎么办，你们有什么好建议吗？

A: 说实话，我也不太清楚体操运动员是怎样性交的，而且是不是要两位体操运动员在一起，才能达到你所想象的性交，但我知道，瑜伽与性交有关，有一种双人瑜伽充满了各种疯狂的性暗示，要不，你把他拖下水，与你一起练习双人瑜伽吧。

如果这一招不灵，单凭你一个人的柔韧度，要来一场体操运动员一样的性交，在床上的确很难发挥，可以考虑移到沙发上、衣柜里、秋千椅上、私家车里，位置越小，越能体现柔韧的优势。当然，“像体操运动员那样爱爱”的要求可能让他笑场，你最好假装若无其事地将他带到目的地，然后各种勾引，逼他就范。

⑥

我跟老公性生活不和谐，他总说累，不愿意做。我买了一只桃红色的跳蛋，想跟他一起玩，或者故意在他面前玩，刺激他，但我爸说，这会毁掉一个男人的自尊（我爸真是开明的老头），万能的《女报》，你同意我爸的说法吗？

A: 你爸完全站在男性角度，并且是一个脆弱的、保守男性角度，《女报》的旗帜一直是女人乃最大，当然不能完全苟同。

他的尊严重要，你的感受也重要，再说一个跳蛋跟尊严有毛线关系？当然，你不可以抱着示威、挑衅的态度，摆出一副“你个没用的男人，还不如一只跳蛋的”模样，而应该是商量的甚至引诱的语气，表示你有一个好玩的玩具，请他来玩一下；如果他拒绝了，你也完全犯不着很生气，在一个人玩得很嗨的时候，悲悯一下他因无知而错过了美好，既然人生而孤独，那么，快乐也可以是孤独的。

“爱孕动，更自然”

全球规模最大孕妇瑜伽活动在深启动

10月21日，由深圳和美妇儿专科医院发起主办，瑞士百立乐、欢乐海岸和吉尼斯世界纪录协办支持的国际孕妇瑜伽吉尼斯挑战赛正式启动。届时，将有1000位来自全球的准妈妈齐聚欢乐海岸狂欢广场，跟随世界瑜伽大师一起运动，传递爱的力量，挑战吉尼斯世界纪录！

作为全球规模最大的孕妇瑜伽教学活动，主办方自即日起至11月



28日，以“爱孕动，更自然”为口号面向全球征集报名，希望通过活动的开展，让更多孕妈加入到支持自然分娩的行列中来。据悉，本次活动将严格执行一人一票制，

所有参加挑战赛的孕妈必须通过网络、微信、微博或电话的形式提前报名并领取门票。活动现场除了有世界级的瑜伽大师教授孕妇瑜伽的技法，还有营养学家、医生来回答妈妈在孕期的一些问题。此外，主办方准备了一份价值25000元的自然分娩套餐作为活动的特等奖品，参与者则获得价值380元的伴手礼，并且可以根据意愿，向吉尼斯世界纪录缴纳少量的手续费，就可获得由吉尼斯官方颁发的参与证书，成为全球瞩目的吉尼斯孕妈，获得一生中最难忘的回忆与纪念！



b. Glorious 圣诞系列 2013

b. Lapin 陪您畅游法式梦幻乐园

Merry Christmas! 充满浪漫幸福的圣诞节又来了，agnès b. DÉLICES 推出 b. Glorious 圣诞系列 2013，包括各款全新限定巧克力产品，配上别出心裁的圣诞包装，当然更少不了 agnès b. DÉLICES 宠儿 b. Lapin 的各款内外兼备礼盒套装，定必带大家一个充满奇幻色彩的法式甜蜜圣诞，与挚爱亲朋共度欢欣时刻。其中 DÉLICES 圣诞巧克力吊饰套装内藏各款 agnès b. DÉLICES 的可口巧克力小食，讨巧又洋气，适合传递甜蜜祝福。还有品牌的皇牌夹心巧克力，更全新推出四款圣诞限定口味：印上圣诞树的特浓姜味牛奶巧克力、雪花图案的栗子牛奶巧克力、圣诞帽的草莓黑巧克力、以及印上可爱姜饼人的榛子脆糖黑巧克力。配上限定礼盒包装，一起给挚爱送上甜蜜的祝福吧！

京城之霜跨界荣耀合作

王培沂为京城之霜设计慈善限量版包装

京城之霜由护肤领袖级导师牛尔研发，精选60种东西方珍贵天然植物，包含10种植萃成分及与日本技术合作的福州古田天然雪耳浓缩提取物等，是一款专为中国女性肌肤量身订制、汇集汉方药草精粹与有机芳疗之大成的奢华乳霜，能有效改善缺水、细纹、松弛、黯沉、舒敏、水油不平衡等肌肤困扰，提升肌肤弹力、抚平细纹、均匀肤色，恢复年轻好气色，重展青春容颜。在京城之霜问世的这四年间，牛尔坚持将京城之霜销售额的25%全数捐献用于慈善事业，四年间已经帮助累积捐献善款达248万元人民币。时值2013年京城之霜上市4周年之际，国际时装设计舞台的中国高级定制先锋王培沂先生，特别为京城之霜精心设计了慈善限量包装，这一举更成为跨界合作史上最令人瞩目的爱心跨界。



O' GENIC 仙香

逆时臻致超越生育前的饱满丰胸与S曲线

冬日将至，胸部新陈代谢缓慢，干燥、衰老随之而来。全球第一款女性丰胸性感护肤品牌 O' GENIC 仙香有四大皇牌项目：全效丰胸、曼妙纤紧、极致性感、根本抗衰老！让你逆时臻致超越生育前的饱满丰胸与S曲线！现在亲临会所即可享受“白金级疯狂七天”项目4折开卡优惠，奢华植物丰胸体验打造专属你的性感魅惑，让你圣诞狂欢夜绽放光彩！更有多样好礼优惠等你拿。详情垂询 400-001-8676 或者欢迎登录国际性感健胸网：www.ogenic.com.cn。



全新 Mickey & Co 系列

迪斯尼历史上销量最快的系列之一

迪斯尼与 Forever 21 将在 Forever 21 Mickey & Co. 系列下推出一款女士限量服饰和配饰系列，于2013年11月8日在 Forever 21 门店首次亮相。Mickey & Co. 品牌在1984年初次引进，由该图案装饰的服装是迪斯尼历史上销量最快的系列之一。由 Forever 21 打造的 Mickey & Co. 系列以充满大胆色彩和笔触的米老鼠及其朋友们的图案为特色，共推出46件产品，包括可两面穿的套头卫衣、收边袖口的宽松T恤、双布口袋的牛仔衬衣以及封闭式牛仔夹克。Forever 21 的 Mickey & Co. 系列将于全球部分门店有售，亦可在 Forever21.cn 官网在线购买。



听说

在你取消了一些发广告发鸡汤的朋友圈关注的同时，其实你也被那些发孩子照片发美食照片发自拍照片而你却不点赞的朋友拉黑了。

@ 王小浪漫

好好珍惜今晚早睡的女人，
致双十一。

@ 所长别开枪是我

只要你的男人开始删通话记录、删聊天记录，你就要果断开始自己准备后手了。

@ 暖小团

活得太累的女人，无非是假想敌太多。

@ 狠话姐

每当我带着困意早起的时候，唯一觉得美好的只有眼皮会显得特别双。

@ 眼光四色性冷淡

身份证照片普遍拍得丑其实是公安部门一个人性化小设计，为了让你把它藏好轻易不外露，以防丢失。

@ 乔小囡

见到好看又乏善可陈的人比见到无聊的常人更感觉可惜，大概因为相信好看的人有很多隐形便利条件，更没理由庸俗无趣，所以不能找除了笨和懒以外的其他借口。

@ 中二怪

女人的聪明够用就行了，多聪明一点儿都是给感受伤害预备的。

@ 我是不是很厉害

想来想去，穷也是有好处的，就是在表白被拒绝后，可以觉得不是我丑。

@ 薛好大

女报 出品 十年典藏

红颜好命

知名作家力荐 女报编辑部整合策划

融阅读性、趣味性、实用性为一体

为女性提供情感、生活技能、身心娱乐全方位的指导

大32开 内文360页 便于携带 超值体验



要爱 更要兵法
婆媳 夫妻 亲人
搞定好太太的24小时生活圈
资深情感专家坐诊
以故事为轴的智慧点拨

不快乐的人
在别人的故事里流自己的泪
有头脑的人
玩味别人的故事
找到自己的现世安稳

从萝莉到御姐
从女生到女人
实用贴心的生活百科全书
一切围绕着爱自己展开
生活就是见招拆招
道之所能勇者无惧



价值
120元

雅漾舒护活泉水

+



雪完美天丝面膜

价值
120元

订阅有礼

即日起订阅
《红颜好命》系列

立赠

每套 **145.8元** (48.6元*3本)

或 价值120元雅漾舒护活泉水一支 150ML
价值120元雪完美天丝面膜 10片

1. 邮局汇款订阅: (汇款地址: 深圳市福田区景田北路妇儿大厦七楼女报杂志社 收款人: 女报杂志社 邮编: 518034)
2. 银行汇款订阅: (户名: 深圳女报杂志社 开户行: 深圳市工行桂园支行 帐号: 4000024509014417045)
3. 女报订阅淘宝官方网址: <http://nvbaozazhi.taobao.com/>
4. 电话订阅客服: 0755-83140682 83140656 女报官网: <http://www.woman.org.cn/>

特别说明:《红颜好命》系列2013年11月出版,全国快递包邮,偏远地区的读者请与客服联系沟通。

第一家面向社会招收女性成员的合唱艺术表演团体

深圳市乐杜鹃女子合唱团 招募团员

深圳市乐杜鹃女子合唱团是由深圳女报杂志社和深圳市多来咪文化传播有限公司共同发起,整合中国音乐学院多来咪教育基地的师资力量,邀请我国著名合唱大师孙荫亭(中国音乐学院群众合唱协会副会长、中国合唱协会副会长)担任艺术顾问,世界华人音乐家协会理事、世界华人合唱协会委员江涌先生担任教学总监,国内资深专家教师合力打造的一支高端、专业女子合唱团体。深圳市乐杜鹃女子合唱团为备战深圳市第三届合唱节,尽快组建一支高素质的女子合唱团,现面向全市各企事业单位**招募第三期团员**。

合唱团 特点

- 一、合唱团实行专业训练(业余时间),由专家亲临指导,从基础发声、乐理、语言台词、形体表演、女性美学综合课程等方面让团员通过合唱掌握正确的发声方法、感受合唱艺术的和谐之美、感悟与人合作的精神。
- 二、代表深圳新女性参加国内、国际合唱比赛及各种演出活动;
- 三、阶段性参加国内、国际文化交流活动,不定期参加提高女性自身素养的女性沙龙讲座。

报名 条件

- 1、居住地为深圳,女性,年龄在20-50岁之间;
- 2、热爱音乐,具备一定音乐素养,能抽出一定的业余时间参加训练;
- 3、有较强的责任心、上进心,有团队精神。

报名 程序

- 1、**报名时间:**2013年11月1日起,名额有限,报满即止
- 2、**报名方式:**

电话: 0755—83140786 83140798 刘小姐、蒋小姐

网址: <http://www.woman.org.cn>

地址:深圳市福田区景田路妇儿大厦(市监控中心斜对面,地铁蛇口线D出口)7楼深圳女报杂志社

★ 有意者请至深圳女报杂志社完整填写报名表或登陆网址<http://www.woman.org.cn/act>填写报名表,对符合条件的申请人,我们将电话或邮件通知并安排统一面试。

深圳市乐杜鹃女子合唱团因业务发展需要,现急聘团办公室主任一名,公关策划一名;年龄及男女不限。岗位要求,擅长文字策划、演出运作、团务管理热爱音乐合唱事业者为佳。电话: **83144123** 刘老师





专心造好药 健康半边天

CCTV3 上榜品牌

半边天药业40余个畅销品种

诚招区域纯销商

- ◎ 中国驰名商标
- ◎ 品质保证
- ◎ 区域经销
- ◎ 保证金制度
- ◎ 一箱一码
- ◎ 窜货赔偿
- ◎ 零价控制
- ◎ 利润保证



国药准字Z10910021

主治妇女病：月经不调，痛经，白带异常

- ◇ 药材地道——以正宗泰和乌鸡入药
- ◇ 吸收好，起效快，口感好，服用方便
- ◇ 技术先进——国家级新药、国家中药保护品种
- ◇ 品质卓越——入选《中华人民共和国药典》



国药准字Z20090320

(水丸)

全国独家医保·全国独家剂型

- 【功能主治】温肺祛痰，活血化痰，消散肿块。
用于治疗痰瘀互结所致的乳腺结块、
肿胀疼痛及乳腺小叶增生等。

江西半边天药业有限公司成立于1998年4月，是一家以研发、生产、销售妇科类药品为主的现代化制药企业，位于乌鸡之乡江西泰和，拥有占地16万平方米的生产基地。公司以正宗泰和乌鸡入药的原产地产品复方乌鸡口服液、乌鸡白凤丸、十二乌鸡白凤丸白凤丸和独家剂型、医保目录产品乳宁丸为主导，产品涵盖妇科、儿科，并拥有一系列畅销普药。

江西半边天药业有限公司自创立以来就非常重视“半边天”的品牌建设。2010年1月，“半边天”商标被国家工商总局认定为“中国驰名商标”。



江西半边天药业有限公司

生产基地地址：江西泰和半边天大道半边天工业城
电话：0796-533 3333 传真：0796-533 3666 邮编：343700

营销总部地址：深圳市宝安区民治街道梅龙路南源商业大厦西座七楼
电话：0755-8220 6666 传真：0755-8220 2666 邮编：518131
女性健康咨询电话：400-8878886 Http://www.newwomen.com.cn